PAUL DAHLKE

Heilkunde und Weltanschauung

PAUL DAHLKE

HEILKUNDE UND WELTANSCHAUUNG

MAKULIERT

1928

IM HIPPOKRATES-VERLAG
STUTTGART - LEIPZIG - ZÜRICH

Bücherei
Hans
Zeeck

55
md 6
1741
d 131

HT003137267

ALLE RECHTE VORBEHALTEN
COPYRIGHT 1928 BY HIPPOKRATES-VERLAG G. M. B. H. STUTTGART

A2025/0327

UNIVERSITÄTS- UND LANDESBIBLIOTHEK DÜSSELDORF

Entwidmet aus den Beständen der Zentral- und Landesbibliothek Bern
Phw 18/38
zlb MAKULIERT!

56.76101

DRUCK DER BUCHDRUCKEREI WINTERTHUR VORMALS G. BINKERT A.-G.

Scanned by EKO-Haus der Japanischen Kultur e.V., 2026

VORWORT

Die Geschichte dieser Abhandlung ist folgende:

Ursprünglich als Vortrag auf dem von Dr. Heinrich Meng veranstalteten Internationalen Fortbildungskurs für homöopathische Aerzte am Stuttgarter Homöopathischen Krankenhaus 1926 gehalten, hatte sie den Titel: *Die Homöopathie als historische und geistige Erscheinung*.

Später entschloß ich mich, das Thema zu erweitern, es aus seiner speziellen Beziehung zur Homöopathie zu entlassen und es auf das ganze Gebiet der Heilkunde zu erweitern.

Für diese erweiterte Form wählte ich den Titel: *Heilkunde und Weltanschauung*, und bringe sie so in die Oeffentlichkeit. Die zentrale Stellung der Homöopathie hat dabei freilich gelitten, aber die leitenden Gedankengänge sind ihrem Wesen nach unverändert geblieben, so daß ich in Wirklichkeit nur von einer äußerlichen Umwandlung des ursprünglichen Vortrages reden kann. Die Form des Vortrages habe ich beibehalten.

Die Arbeit zerfällt in drei Teile. Der erste Teil ist der historische Teil, der zweite der theoretische, der dritte der praktische.

ERSTER TEIL

I.

Mein Vortrag ist so beschaffen, daß ich mich verpflichtet fühle, Ihnen eine kurze Andeutung dessen zu geben, was Sie zu erwarten haben.

Das erste, was ich Ihnen zu sagen habe, ist dieses: Ich muß Ansprüche machen, nicht nur an Ihre Aufmerksamkeit, an Ihre Gutwilligkeit und Unvoreingenommenheit, sondern, geradezu gesagt, an Ihre *Bildung!*

Sie werden etwas erstaunt antworten: Wir sind gebildet! Wir haben von der Schule das Reifezeugnis, wir haben die Universität absolviert und das Beste von dem ausgekostet, was die Alma mater zu bieten hat. Aber das genügt nicht für das, was ich hier zu fordern habe, und für das, was ich unter Bildung verstehe. Für die Bildung, wie ich sie verstehe und von Ihnen fordere, gibt es nur zwei Kennzeichen: ein gefühlsmäßiges: die Toleranz, die *Duldsamkeit*, und ein verstandesmäßiges: die *Weltanschauung*. Wirkliche Bildung ohne Duldsamkeit einerseits, ohne Weltanschauung anderseits gibt es nicht, und alles, was man etwa so nennen mag, ist Schein, wenn ihm diese beiden Kennzeichen fehlen.

Was ist Duldsamkeit?

Heute, in unserem Zeitalter der Begriffe, des Papiers, der Massenware sind wir dahin gekommen, unter Duldsamkeit die Verpflichtung zu verstehen, alles andere als gleichberechtigt neben sich anzuerkennen, sich mit ihm auf eine gemeinsame Plattform zu stellen, von allem „das Gute anzuerkennen", kurz: die Mittelmäßigkeit zum Maßstab zu machen und ihr das erste Recht einzuräumen.

Nun ist es ja freilich kein Verdienst, duldsam zu sein, wenn man selber nicht höher steht als die andern. Duldsamkeit wird dann zur notwendigen Pflicht, und nicht duldsam sein, wird zur Beschränktheit und zum Fanatismus. Wie soll aber einer, der weiß, daß er höher steht als andere, sich mit ihnen auf eine Plattform stellen? Es fragt sich nur: Woher weiß man, daß man auf einer höheren Plattform steht? Wie erkennt man das eigene höhere Niveau?

Worauf ich dann die Antwort gebe: Das erkennt man nur daraus, daß man eine Weltanschauung hat.

Nun bestehen freilich bezüglich der Bewertung der Weltan-

schauung ebenso viel verschiedene Ansichten wie bezüglich der Bewertung der Toleranz. Der eine, der unter „Weltanschauung" lediglich ein Massenwissen, einen Polyhistorismus versteht, verdammt sie als das Verderb alles geistigen Lebens, der andere sieht in ihr das einzige Kennzeichen wahrer Bildung.

Es gibt drei Arten Weltanschauung. Erstens die synthetische Weltanschauung der Wissenschaft, die synthetisch, künstlich ist insofern, als sie sich aus der Summe aller zugänglichen Erfahrungen zusammensetzt, und deren Richtigkeit steigt mit dieser Summe. Da nun aber die Erfahrungen beständig anwachsen, so ist klar, daß man hier immer nur von einer angenäherten, approximativen Größe sprechen kann, der vielleicht das Beste immer noch fehlt, und die, alles in allem, lediglich hypothetischen Wert hat.

Die zweite Art der Weltanschauung ist die des Glaubens, die im Glaubensakt die Welt apriori aller Erfahrungen erkennt, und die somit für den wirklichen Denker nur fiktiven Wert haben kann — ein Ausspruch, mit dem hier, das sei vorweg bemerkt, keine Polemik getrieben werden soll; ob das Wort „fiktiv" polemischen Charakter hat, das hängt ja lediglich von der Bedeutung ab, die man dem Wort gibt. Ein näheres Eingehen auf diesen Gegenstand verbietet sich hier.

Die dritte Art der Weltanschauung endlich ist diejenige, die ich die *wirkliche* nenne. Sie besteht in dem ungeheuren, alles entscheidenden Vorgang, daß man in Einem das Ganze erlebt, in Einem das Ganze sieht und erkennt — das mikrokosmische Erkennen. Welcher Art dieses mikrokosmische Erkennen, das in Einem das Ganze erlebt, ist, welche Einsicht es gibt, das wird später gezeigt werden.

Nur mit dieser wirklichen Weltanschauung befasse ich mich hier, nur sie meine ich, wenn ich zu Ihnen von Weltanschauung rede, und nur sie ist es, die zum andern Kriterium wirklicher Bildung, der Duldsamkeit, in geheimer Wechselwirkung steht, indem wirkliche Weltanschauung wirkliche Duldsamkeit schafft, nicht die Duldsamkeit, die bereit ist, sich mit aller Welt auf gleiche Plattform zu stellen und die Mittelmäßigkeit zum unduldsamsten Herrscher zu machen — denn letzten Endes ist nichts unduldsamer als die Gleichmacherei und kein Weltprogramm gefährlicher für den Fortschritt der Menschheit als dieses — sondern die Duldsamkeit, die gesichert im Bewußtsein ihres höheren Niveaus duldsam,

geduldig wartet, bis der andere sich gleichfalls zu dieser Höhe emporgearbeitet hat.

Für mich, für Sie, für den wirklichen Denker, für den denkenden Arzt gilt weder die synthetische Weltanschauung eines Häckel, die Erfahrungen immer wieder nur aus Erfahrungen deutet, und die damit aus der Welt und ihrem Spiel der Kräfte einen einzigen berechenbaren Wert macht bzw. machen will, dessen letzte Aufgabe die ist, in die Getriebe der menschlichen Industrien restlos einbezogen zu werden; für uns gilt auch nicht die aprioristische Weltanschauung eines Thomas von Aquino, die die Erfahrungen aus einem Standpunkt oberhalb aller und vor allen Erfahrungen deuten will, sondern für uns gilt nur jene wirkliche Weltanschauung, bei der aus einer einzigen bestimmten Erfahrung heraus eine Weltanschauung sich erlebt.

Ob Newton und sein „fallender Apfel" der endgültige Vertreter dieser wirklichen Weltanschauung ist, bei der eine einzige Erfahrung zum all-beherrschenden Erlebnis sich erlebt, das bleibe dahingestellt. Als Beispiel für eine wirkliche Weltanschauung mag er, Newton, immerhin dienen, insofern als er zeigt, was gemeint ist.

Diese wirkliche Weltanschauung ist das höchste Niveau, das das geistige Leben der Menschheit zu vergeben hat, und sie erweist sich als dieses höchste Niveau nicht dadurch, daß sie als solches bewiesen werden könnte — woher sollte bei einem höchsten Niveau der Standpunkt kommen, von dem aus bewiesen werden könnte — sondern als dieses höchste Niveau erweist sie sich *durch sich selber*, indem sie mit Notwendigkeit Duldsamkeit schafft.

So sage ich es mit voller Ueberlegung: Eine Disziplin, mag sie sein, was sie will, Heilkunde oder sonst etwas, die auf Weltanschauung verzichtet, d. h. die darauf verzichtet, sich selber im Ganzen wiederzufinden, die verzichtet damit auf das Beste, auf ihre eigene Zukunft.

Das ist eine Mahnung, die ich meinem Vortrag vorherschicke, und diese Mahnung ist heute doppelt und dreifach gerechtfertigt. Das glänzende Elend des modernen Spezialistentums ist das Musterbeispiel dieses Mangels an wahrer Bildung, ja, schlimmer als das: dieses Mangels an Verlangen nach wahrer Bildung. Man hält Bienenfleiß und Aufgehen im unendlichen Detailwerk der einzelnen Tatsachen für einen Weg zum Ziel und vergißt das Sichfinden im Ganzen.

Für jeden Denkenden ist Weltanschauung eine Notwendigkeit, und wenn man mich fragen würde, was meiner Meinung nach das ist, was unserer Heilkunde am meisten fehlt, so würde ich sagen: die Weltanschauung, d. h. die wirkliche Weltanschauung, und wenn man mich fragen würde, was unserer Heilkunde am meisten geschadet hat, so würde ich sagen: das Fehlen einer Weltanschauung bzw. eine falsche Weltanschauung.

Das Folgende wird diese Aussprüche des näheren begründen.

II.

Heilkunde heißt einmal Heilkunst, einmal Heilwissenschaft.

Tatsächlich kann alle Heilkunde einerseits Kunst sein, anderseits Wissenschaft; genauer gesprochen: sie *kann* es nicht sein, sondern sie bemüht sich, es zu sein.

Es fragt sich: Was ist der Unterschied zwischen Kunst und Wissenschaft?

Kunst kommt vom Können. Rein historisch betrachtet ist der Unterschied zwischen beiden dieser, daß Heilkunde als Kunst offenbar eher da war als Heilkunde als Wissenschaft. Es gab eine Kunst des Heilens schon lange ehe man noch an eine Heilkunde als Wissenschaft dachte. Seit unvordenklichen Zeiten hat es Menschen gegeben, die die Kunst der Heilung übten (wie z. B. die Tempelpriester, Jesus von Nazareth usw.), ohne von Wissenschaft etwas zu ahnen. Das ist Heilkunde als Kunst, als ein Können.

Mag man solche Heilungen einschätzen, wie man will, auf jeden Fall zeigen sie, daß Heilkunde nicht Heilwissenschaft zu sein braucht; daß man ein Heilkundiger als echter Künstler sein kann, ohne ein Wissenschafter zu sein.

Tatsächlich sind ja auch die Erfolge dieser ursprünglichen Heilkunst, über deren Dasein, wie die modernen Erfahrungen zeigen, gar kein Zweifel sein kann, von der Heilwissenschaft nie überschritten, ja nie erreicht worden. Die Heilwissenschaft, die, als historisch nachweisbar, mit Hippokrates einsetzt, hat nie Erfolge aufzuweisen gehabt gleich der ursprünglichen Heilkunst eines Heil-Könners. Im Gegenteil scheint die Wissenschaft ihre ganze Kraft aufzubieten und zu verbrauchen in der Bemühung, die rechten Vorbedingungen einer Heilung zu schaffen — ein Bemühen, bei dem der Heilakt selber meist kläglich genug abschneidet.

Wir alle wissen es ja aus der Zeit unserer Ausbildung (und ich

glaube kaum, daß in der jüngsten Zeit hier eine wesentliche Aenderung eingetreten ist), daß alle Sorgfalt, aller Geist auf Diagnose und Prognose verwandt werden und die Therapie, gleich einem Stiefkind, mit wenigen, oft sehr wenig sagenden Worten abgetan wird, teils weil man das genügende Interesse dafür nicht hat, teils weil man eben nichts darüber weiß, so daß man oft genug an den Satz in Shakespeares Heinrich IV. erinnert wird, in dem der junge Heinrich, als er Falstaffs Wirtshausrechnung vorgelegt bekommt, erstaunt ausruft: „Eine solche ungeheure Menge Sekt auf ein so winziges Teilchen Brot!" Ebenso möchte man auch bei der Heilwissenschaft oft ausrufen: Eine solche ungeheure Menge Diagnose und Prognose auf ein so winziges Teilchen Therapie! Eine solche ungeheure Menge Gelehrsamkeit auf ein so winziges Teilchen wirklichen Könnens!

Schon aus der Tatsache, daß gerade gegenwärtig Heilkunde als Kunst und Heilkunde als Wissenschaft so hart nebeneinander stehen (z. B. als Couéismus und als Schulmedizin), ergibt sich, daß das Verhältnis beider nicht nur ein historisches ist. Beide sind auch ihrem Wesen nach durchaus verschieden.

Wenn ich diese Verschiedenheit mit einem Stichwort kennzeichnen soll, so sage ich: Wissenschaft ist immer *Erfahrung*, Kunst ist immer *Erlebnis*.

Erfahrung ist immer mittelbar, berechenbar, übertragbar, Kunst ist immer unmittelbar, unberechenbar, nicht übertragbar. In der Erfahrung steckt immer das Moment der Wiederholbarkeit, der Beweisbarkeit, der Darstellbarkeit aus den Vorbedingungen heraus. Die Kunst ist immer ein Einmaliges, Unbeweisbares, was nie aus Vorbedingungen heraus dargestellt werden kann.

Wissenschaft nimmt nichts unmittelbar, erlebensgemäß hin. Eine Wissenschaft, die auf die erfahrungsgemäße Verarbeitung dessen, was sie gibt, verzichten wollte, wäre keine Wissenschaft mehr. Wenn die Kunst, das unmittelbare Können, ihr auch den größten Fund in den Schoß würfe, sie würde doch nicht eher ruhen, als bis sie ihn verwissenschaftlicht hat, d. h. aus dem unmittelbaren Erlebnis die mittelbare Erfahrung mit ihrer Wiederholbarkeit und Berechenbarkeit gemacht hat.

Das Musterbeispiel hierfür ist das R. Mayer'sche Gesetz von der Erhaltung der Kraft. Rein erlebnismäßig, intuitiv gefunden, wurde es von Helmholtz „verwissenschaftlicht". In seiner ursprüng-

lichen Fassung stellt es nichts dar als eine Kräftegleichung zwischen Bewegung und Wärme; derart daß ein bestimmter Wert an Bewegung zu einem gleichen Wert an Wärme sich umwandelt; Bewegung *wird* zu Wärme. Eine höhere begriffliche Instanz, in der als einem Gemeinsamen, beide, Bewegung und Wärme zusammenfallen, gibt es hier nicht. Im Gegenteil, die Verbegrifflichung beider kommt hier in Gefahr, dadurch daß Bewegung zu Wärme *wird* und damit den Begriff „Bewegung" nur auf Zeit, konventionell, trägt, ebenso wie Wärme den Begriff „Wärme" nur konventionell, auf Zeit trägt, während in Wahrheit und Wirklichkeit ein Uebergehen von einem zum andern stattfindet und für Begriffsbildung und Begriffsbestand gar keine Möglichkeit beläßt.

Es ist ohne weiteres klar, daß in seiner lebendigen Beweglichkeit der Vorgang für die Wissenschaft keine Handhabe bietet, keinen festen Standpunkt, von dem aus er begriffen und verarbeitet, gemessen und wiederholt werden kann. Diese Möglichkeiten setzen erst ein mit der wissenschaftlichen Verarbeitung, bei der aus dem Mayer'schen Gedanken von dem Wechselverhältnis zwischen Wärme und Bewegung, d. h. aus dem Satz „Wärme *wird* Bewegung, Bewegung *wird* Wärme" der Satz wurde: Wärme ist eine Form der Bewegung, wie Licht, Elektrizität usw. auch. Bewegung wird der begriffliche Haltepunkt, der Oberbegriff, von dem aus man die Welt der physikalischen Kräfte rechtmäßig messen konnte. Daß es sich hier aber lediglich um einen rein begrifflichen, abstrakten Wert handelt, das geht zur Genüge aus der Tatsache hervor, daß in dieser Auffassung auch Ruhe zu einem Sonderfall der Bewegung wird. Aus dem lebendigen Erlebnis des Ueberganges einer Kraft in die andere, das dies ganze Schema der wissenschaftlichen Verbegrifflichung über den Haufen zu werfen drohte, wurde die wissenschaftliche Erfahrung von der Wärme als einer Form der Bewegung, eine Auffassung, die freilich nur hypothetischen Wert, aber für die Wissenschaft den unersetzlichen Wert hat, daß aus ihr Berechenbarkeiten sich schaffen lassen.

Wissenschaft ist Erfahrung, eine ständig wechselnde, ständig wachsende Summe von Erfahrungen. Erfahrung verlangt Begriff und ist Begriff. Wissenschaft ohne Begriffe gibt es nicht. Dahingegen das künstlerische Moment des Erlebens ist im tiefsten Grund begriffsfrei, Wirklichkeit als sich formend, als Wirklichkeit im *statu nascendi*. Man kann über den Wert der Wissenschaft nur

urteilen vom Begriff aus. Das Wesen des Begriffes ist aber dieses, daß er die Wirklichkeit nur in vorläufiger, hypothetischer Form gibt. Ein Baum ist Baum im begrifflichen Sinne nur in vorläufiger Form, die Definition „Baum" gibt es nur auf Zeit. Es hat eine Zeit gegeben, wo das, was ich jetzt als Baum definiere, Same war, es wird eine Zeit geben, wo das, was ich jetzt als Baum definiere, nicht mehr Baum ist, sondern entweder wieder Same oder totes Holz oder sonst etwas. Das Wesen der künstlerischen Intuition ist letzten Endes dieses, daß man, über die begriffliche Form hinausgehend, das „verbindende Band" sieht, wie Goethe es sah in seiner „Metamorphose der Pflanze".

So werde man sich darüber klar, daß das Moment des Hypothetischen, Bedingten aller Wissenschaft anhängt; daß jede Definition, jede Begriffsbildung eben ein Nicht-Definitives, sondern ein Vorläufiges ist, und man gewöhne sich beizeiten, danach den wahren Wert der Wissenschaft zu bemessen. Die Strenge der Logik, mit der die Wissenschaft arbeitet, arbeiten kann, ändert an dieser bedingten Bewertung nichts: Logik ist anwendbar nicht nur auf hypothetische, sondern auch auf fiktive Voraussetzungen, ja Logik ist sogar umso strenger durchführbar, je reiner hypothetisch, je reiner fiktiv diese Vorbedingungen sind, d. h. je weniger sie mit Wirklichkeit verquickt sind, und je weniger ihnen die Wirklichkeit den Text verdirbt. Strengste Logik entwickelt die Euklid'sche Geometrie, und zwar deshalb weil sie nicht mit Wirklichkeiten, sondern mit Grenzwerten arbeitet. Einen Punkt, eine Linie, eine Fläche im Euklid'schen Sinne gibt es nicht in der Wirklichkeit; das sind lediglich Abstraktionen von der Wirklichkeit, die erst auf Grund ihrer Abstraktivität jene reine Logik ermöglichen, die dem menschlichen Geist so sehr imponiert. Man werde sich beizeiten darüber klar: Reine Logik ist nur erkaufbar auf Kosten des Wirklichkeitsgehaltes; sie ist nur da erreichbar, wo es sich um reine Begriffe handelt, die ihren Gehalt an Wirklichkeit verloren haben und auf Grund davon mit jeder beliebigen Wirklichkeit gefüllt werden können. In einen reinen Syllogismus kann man jeden Gehalt pressen; er ist nur eine Form, ein Formalismus, ein leerer Rahmen, der für jedes Bild paßt. So geschieht es immer und immer wieder, daß der Mensch, das geistige Leben der Menschheit für das Linsengericht der Ratio sich das Beste verscherzt: die Wirklichkeit selber.

Soviel im voraus vom Wesen der Wissenschaft, über den Unter-

schied zwischen ihr und der Kunst, und so viel zur Warnung vor Ueberschätzung der Wissenschaft und ihrer Ergebnisse. Diese Ergebnisse sind da, sie sind zweifellos, sie beweisen sich durch das, was die Wissenschaft leistet, durch ihre Fähigkeit des Vorausberechnens; aber alle diese Ergebnisse haben den hypothetischen Charakter, sie sind richtig nur auf Zeit, bzw. nur wenn und solange ihre Vorbedingungen richtig sind, deren Richtigkeit wieder von anderen Vorbedingungen abhängt usw.

Es ist die Eigenschaft der Exaktheit, die bei der Wissenschaft besticht. Aber diese Eigenschaft ist erkauft mit dem höchsten Preis, der überhaupt gezahlt werden kann: dem Gehalt an Wirklichkeit. Eine in Begriffe eingefangene Wirklichkeit ist keine Wirklichkeit mehr, sondern ein Kompromiß mit der Wirklichkeit, behaftet mit allen Nachteilen und Minderwertigkeiten des Kompromisses.

Tun wir einen historischen Rückblick auf die Heilkunde, so sehen wir, daß sie seit jener ältesten Zeit, bis zu der wir sie zurückverfolgen können, ein Zwitterding zwischen Kunst und Wissenschaft gewesen ist; eine Kunst nicht mehr, eine Wissenschaft noch nicht.

Hippokrates, mit dem, für unsere westliche Kultur betrachtet, der Einsatz der Heilkunde als Heilwissenschaft sich vollzieht, nennt in dem berühmten einleitenden Satz zu seinen *Aphorismen* die Heilkunde eine Kunst. Aber reine Kunst, reines Können ist sie sicherlich nur da, wo sie nicht berufsmäßig ausgeübt wird. Wenn Jesus zu dem Gichtbrüchigen sagt: „Nimm dein Bett und wandele", so ist das eine Kunstheilung, ein reines Können, für das es keine begriffliche Begründung gibt.

Wenn nicht alle Berichte trügen, so haben ähnliche Kunstheilungen an vielen wundertätigen Orten sich wiederholt, in Lourdes, in Paris, am Grabe des Paris usw. Historische Tatsache ist, daß die Könige von Frankreich im Mittelalter Kröpfe heilen konnten. Sie taten das, indem sie mit dem Spruch: „*Le roi agit, Dieu guérisse*" den Fuß auf den Hals des Kropfkranken setzten. Die ganze prie-sterliche Heilkunde früherer Zeiten dürfte auf Kunstheilungen beruhen.

Bei solchen Kunstheilungen, gemeinhin Wunderkuren genannt, handelt es sich um einen rein geistig-dynamischen Vorgang, ein unmittelbares Geschehen, wohingegen es sich bei der wissenschaftlichen Heilung um einen stofflichen und daher mittelbaren Vorgang handelt, der freilich nicht immer gerade ein „Stoff" im grob-

materiellen Sinne zu sein braucht. Lichtenergie, elektrische, chemische usw. Energie mag als Heilstoff dienen, aber aller wissenschaftlichen Heilmethode ist das eigen, daß sie auf Vergleichbarkeit, Wiederholbarkeit, Beweisbarkeit eingestellt ist.

III.

Ich will zuerst die Formen der Heilkunde betrachten, in denen diese als Kunst auftritt, oder in denen doch das Künstlerische, Unmittelbare, Erlebnismäßige überwiegt. Es handelt sich hier der Hauptsache nach um vier Formen: 1. die *Sympathie-Heilung*, 2. den *Mesmerismus*, 3. die als *Christian Science* bekannte Methode der *Mrs. Baker-Eddy* und 4. die *suggestive Heilmethode*, heute so bekannt geworden unter dem Namen des *Couéismus*.

Von diesen vier Systemen trägt vielleicht nur die Sympathie-Kur den Charakter des Unmittelbar-Geistig-Dynamischen. Sie ist am ersten vor der Verwässerung durch Logik und Theorie gesichert, weil sie unter dem schützenden Schleier des Geheimnisses arbeitet. Ueber eine Sympathiekur darf nicht gesprochen werden, sonst hilft sie nicht. Der Geist arbeitet eben heimlich.

Um zu zeigen, was gemeint ist, führe ich Ihnen eine Sympathiekur vor, die in einem alten Buch aus dem Ende des siebzehnten Jahrhunderts, das über „die Heilung von Wunden ohne Berührung" handelt, angeführt ist.

Der Freund eines hohen englischen Adligen hat bei einer Rauferei eine Wunde erhalten, die brandig wird und ihm unerträgliche Beschwerden verursacht. Der Kranke hat von der wunderbaren Heilkunst seines Freundes gehört und läßt ihn zu sich bitten. Der meint: „Ich könnte dich schon heilen, aber ich fürchte, du bringst mich in den Ruf der Zauberei." Durch die Bitten des Kranken läßt er sich bewegen, läßt sich eine mit dem Wundblut getränkte Binde geben und legt diese in eine Wasserschüssel, in der er etwas von einem Pulver aufgelöst hat, das er Vitriol nennt.

Im gleichen Augenblick, wo er die blutige Binde in das Wasser taucht, fühlt der Kranke völlige Linderung der Schmerzen. Probeweise nimmt der Adlige die Binde aus dem Wasser und legt sie ins Feuer. Und alsbald schickt der Kranke zu ihm und läßt berichten, daß die Schmerzen und das Brennen wieder unerträglich seien. Auf abermaliges Eintauchen der Binde in das Wasser läßt der Schmerz sogleich wieder nach, und die Heilung kommt schnell zustande.

Mag dieses nun wahr sein oder nicht, auf jeden Fall zeigt es, was mit Sympathie-Heilung gemeint ist: eine unmittelbare, rein geistig-dynamische Einwirkung, eine Kunst, die sich vor Logik und Ratio in keiner Weise rechtfertigen kann.

Noch einmal: Ich kann darüber, ob man durch sogenannte Sympathie heilen kann, nichts sagen. Ich selber habe keine Erfahrungen auf diesem Gebiet, und die Erfahrungen anderer sind schwer zu beurteilen. Ich erkenne aber ausdrücklich die Möglichkeit an, weil sie der Weltanschauung, zu der ich mich durchgearbeitet habe, nicht widerspricht. Gibt es Heilungen durch Sympathie, so sind das reine Kunstheilungen, unangekränkelt durch wissenschaftliche Ueberlegungen und Maßnahmen.

Das gilt schon nicht mehr für die zweite Art der Kunstheilung, den *Mesmerismus* oder, wie man auch sagt bzw. sagte: den *Tierischen Magnetismus*. So viel ich sehe, läuft diese Art des Heilens heute unter dem Namen *Magnetopathische Heilmethode*.

Mesmer hat eine Theorie seiner Methode gegeben. Er nahm an, daß ein magnetisches Fluidum, etwa dem Aether der Physiker entsprechend, alle Wesen umgäbe und ihren magnetischen Zusammenhang erkläre.

Mir scheint, diese Rationalisierung der Tatsache der rein dynamischen Einwirkung des einen Menschen auf den andern ist nicht sehr glücklich. Wäre sie richtig, so müßte dieser magnetische Zusammenhang mit den daraus sich ergebenden Phänomenen die Regel sein, sein Fehlen die Ausnahme, wo doch das Umgekehrte der Fall ist; die Erscheinungen des animalischen Magnetismus im Verkehr zwischen den Menschen sind die Ausnahme, ihr Fehlen die Regel.

Daß die Erscheinungen des Mesmerismus, das, was man heute Hypnose nennt, bestehen, darüber ist ja wohl kein Zweifel, aber diese Erscheinungen besagen doch nichts anderes, als was alle Kunstheilungen besagen: Kraft wirkt auf Kraft, und Kraft ist etwas, das nicht den Gesetzen der stofflichen Masse, sondern dem Gesetz der spezifischen Affinität gehorcht.

Nun weiter: Die *Christian Science*, die *Christliche Wissenschaft*, das Geisteskind der Mrs. *Baker-Eddy* in Amerika.

Das maßgebende Buch dieser gedanklichen Richtung, seine Bibel, ist das von Mrs. Baker-Eddy verfaßte Werk: *Science and Health*. Meines Wissens ist es das einzige Buch, das Mrs. Baker-Eddy geschrieben hat, und sie hat recht daran getan; denn dieses

Buch ist in gewissem Sinne einzigartig. Wäre Jesus literarisch tätig gewesen, so hätte er wahrscheinlich auch nur *ein* Buch geschrieben.

Mrs. Baker-Eddy sagt und lehrt: Der Mensch ist seinem Wesen nach Göttlicher Geist. Krankheit, Leiden, Sünde sind unreal.

Diesen Gedanken entwickelt sie mit einer Kühnheit, mit einer Rücksichtslosigkeit, Unbekümmertheit um alle Folgen, daß man wohl von einer göttlichen Frechheit reden kann.

Schon der Titel des Buches besagt, daß sie auf eine Verwissenschaftlichung der Heilkunde ausgeht. Aber das, was sie Wissenschaft nennt, ist freilich ein ganz anderes Ding als das, was die Naturwissenschaft so benennt. Das geht ohne weiteres aus folgender Ueberlegung hervor:

Ihre Lehre läuft kurz und bündig darauf hinaus, daß Krankheit nichts ist als ein Nichtwissen, ein Irrtum, eine Täuschung.

Was sind Täuschung und Irrtum?

Täuschung nenne ich eine falsche Anschauung. Irrtum nenne ich eine falsche Ueberlegung. Wenn ich einen Stock auf dem Wege für eine Schlange ansehe oder umgekehrt, so ist das eine Täuschung; wenn ich den Abend- und Morgenstern für zwei verschiedene Sterne ansehe, so ist das ein Irrtum.

Beide zusammen und überhaupt jede Form des Nichtwissens hat das gemeinsam, daß sie rein subjektiver Natur sind. Wenn man es recht bedenkt, so gehört mir ganz und gar, restlos nur eines in der Welt, mein Nichtwissen, wie sich daraus ergibt, daß beide, Irrtum und Täuschung, sich ganz und gar, restlos heben lediglich von mir selber aus, ohne daß durch ihre Hebung irgend eine Aenderung im Bestand der tatsächlichen Welt sich vollzieht. Alle Wirklichkeit spielt sich ab zwischen mir und den Dingen, zwischen Subjekt und Objekt, ist eine Mischung aus Subjekt und Objekt, nur das Nichtwissen, sei es als Täuschung, sei es als Irrtum, kommt ganz innerhalb meiner, des Subjekts, zu liegen, stellt einen reinen Subjektivismus dar.

So setzt Mrs. B.-E. mit einer Eigenmächtigkeit ein, die ihrem Wesen nach eine reine Fiktion ist, und stellt sich damit in diametralen Gegensatz zur Schulmedizin als einem Zweig der Naturwissenschaft; denn es ist ja letzten Endes das erstrebte Ziel der Schulmedizin, ein vollwertiger Zweig der Naturwissenschaft zu werden mit ihrer vollen Exaktheit, d. h. mit ihrer Berechenbarkeit und Beweisbarkeit.

Ist dieses Ziel auch noch nicht erreicht, so strebt doch die Schulmedizin danach, und ihr Stichwort lautet dementsprechend: Reine Objektivität der Heilkunde. Sie, die Schulmedizin, steht also dem rein fiktiven Standpunkt der Mrs. Baker-Eddy gegenüber als der rein hypothetische Standpunkt aller wirklichen Wissenschaft.

Noch einmal: Reiner Subjektivismus ist eine Fiktion, reiner Objektivismus ist eine Hypothese, weil ja auch der reinste Objektivismus das Medium der Begriffe passieren muß, und danach mag man den Wert bestimmter Heilsysteme und bestimmter Weltanschauungen beurteilen. Auf die Masse von Geist, die dabei entwickelt wird, kommt es nicht an. Wie das Dasein der Logik, so ist auch Geistesreichtum kein Beweis für die Wirklichkeit einer Sache.

Das Buch der Mrs. Baker-Eddy strotzt von Geist bis zur Paradoxie, aber es fehlt der Wirklichkeitsgehalt. Man sagt wohl: Der Erfolg entscheidet! O nein! Der Erfolg entscheidet freilich da, wo es nur um Erfolg geht, z. B. im geschäftlichen Leben. Man wirft ein: Was kann denn bei der Heilkunde anders entscheiden als der Erfolg? Schließlich kommt es beim kranken Menschen doch nur darauf an, daß er gesund wird. Auf welche Weise das geschieht, ob durch die Methode der Schulmedizin, ob durch Homöopathie, Naturheilkunde, ob durch Gesundbeten, ob durch heiligen Kuhdung oder durch Wasser, mit dem ein Spiegel abgewaschen wurde, in dem ein heiliger Vers, ein Mantra sich spiegelte, das sollte dem unvoreingenommenen Menschen wohl einerlei sein!

Auf diesen Einwurf, der so völlig überzeugend und selbstverständlich klingt, erwidere ich, das scheint mir durchaus nicht so ohne weiteres sicher zu sein. Es könnte wohl sein, daß es nicht nur darauf ankommt, *daß* ein Kranker geheilt wird, sondern vielleicht ebensosehr, *wie* er geheilt wird — ob durch Hypnose oder durch kalt Wasser, ob durch Einspritzungen eines modernen Organ-Präparates oder durch homöopathische Potenzen oder durch noch anderes. Und so scheint es mir auch durchaus nicht gleichgültig zu sein, ob einer durch Fiktion geheilt wird oder auf dem Wege der Wirklichkeit.

Ueber dieses alles soll das Folgende Auskunft geben bzw. versuchen, sie zu geben. Ich kehre nunmehr zu Mrs. Baker-Eddy und ihrem Buch zurück und will an der Hand einzelner Ausführungen den Geist dieses Werkes verdeutlichen.

Also: Krankheit ist eine Unrealität, wie Täuschung und Irrtum

es auch sind. „Der Glaube an Leiden, Sünde und Tod sind unwirklich (unreal). Wenn die göttliche Wissenschaft allgemein verstanden wird, werden sie keine Gewalt mehr über den Menschen haben. Denn der Mensch ist unsterblich und lebt kraft göttlicher Autorität" (S. 76). Denn „Life is God", Leben ist Gott; Gott ist Geist (Spirit) und Geist ist allmächtig (omnipotent). „Der Geist segnet die Menschen, aber man kann nicht sagen, woher er kommt". Er heilt die Kranken, tröstet die Bekümmerten und bekehrt die Sünder. Das sind die Wirkungen des einen, allgemeinen Gottes, das unsichtbare Gut, wohnend in ewigem Wissen" (S. 78).

Der Akt der Krankheitsbeschreibung — nach Symptomen, Oertlichkeiten und Ausgang — ist nach Mrs. Baker-Eddy nicht wissenschaftlich... Jesus hat nie Krankheiten beschrieben, sondern sie geheilt. Der unwissenschaftliche Heilkundige sagt: „Sie sind krank! Ihr Gehirn ist überanstrengt, Sie brauchen Ruhe! Ihr Körper ist schwach und muß gekräftigt werden." Die Wissenschaft (im Sinne der Christian Science) widerspricht all diesem und setzt sich für die Rechte der Intelligenz ein, indem sie behauptet, daß Geist (Mind) beide beherrscht (controls), den Körper wie das Gehirn... Man wird die vollendete Wissenschaft des Heilens erreichen, wenn man fähig sein wird, den menschlichen Geist nach dieser Art zu lesen und den Irrtum zu erkennen, den man zerstören will".

„Das erste, irrige Postulat ist dieses, daß Substanz, Leben und Intelligenz etwas von Gott Verschiedenes sei."

„Das zweite irrige Postulat ist dieses, daß der Mensch beides ist, geistig und körperlich."

„Das dritte irrige Postulat ist dieses, daß der Geist beides ist, gut und böse, wo doch der wirkliche Geist nicht böse sein kann, auch nicht der Mittler des Bösen, denn Geist ist Gott." (S. 91.)

„Meine Entdeckung, daß der irrende, sterbliche, verkannte Geist alle Tätigkeit des sterblichen Leibes hervorruft, ließ meine Gedanken in neuen Bahnen arbeiten und führte mich aufwärts zu der Behauptung, daß Geist alles ist und Materie nichts, als den leitenden Faktor der Geist-Wissenschaft. Christliche Wissenschaft erweist unwiderleglich, daß Geist alles in allem ist, daß die einzige Wirklichkeit der göttliche Geist und die Idee ist. Diese große Tatsache kommt aber nicht eher zur unmittelbaren Einsicht, als bis das göttliche Prinzip durch Heilung der Kranken gezeigt wird und

so als absolut und göttlich bewiesen wird. Wenn dieser Beweis einmal gesehen ist, kann man zu keiner anderen Schlußfolgerung mehr kommen" (S. 109).

„Der Geist regiert den Körper nicht teilweise, sondern völlig" (S. 111).

„Dieselbe Kraft, die die Sünden heilt, heilt auch Krankheit" (S. 135).

„Man sagt: Eine Beule ist schmerzhaft! Aber das ist unmöglich, denn Materie ohne Geist ist nicht schmerzhaft. Die Beule fördert einfach durch Entzündung und Schwellung einen Glauben an den Schmerz zutage, und dieser Glaube heißt eben eine Beule. Nun verordne man geistig seinen Patienten eine hohe Verdünnung von Wahrheit, und es wird bald die Beule heilen. Die Tatsache, daß Schmerz nicht existieren kann, wo kein sterblicher Geist ihn fühlt, ist der Beweis, daß dieser sogenannte Geist seinen eigenen Schmerz macht, d. h. seinen eigenen Glauben an den Schmerz" (S. 153).

Nach diesem Rezept, Krankheit ist Irrtum, stellt nun Mrs. Baker-Eddy eine Heilkunde auf, die an Folgerichtigkeit, an göttlicher Frechheit nicht übertroffen werden kann.

Man sehe die summarische Art und Weise, wie sie mit den ansteckenden Krankheiten umspringt.

„Wir weinen, weil andere weinen, wir gähnen, weil andere gähnen, und wir haben die Pocken, weil andere sie haben. Aber es ist nur der sterbliche (d. h. falsche) Geist, der die Ansteckung enthält und trägt. Wenn dieses geistige Kontagium begriffen ist, so werden wir sorgfältiger auf unsere geistigen Bedingungen achten und werden leeres Geschwätz über Krankheiten vermeiden, wie man es vermeiden sollte, Verbrechen zu verteidigen. Weder Mitgefühl noch Geselligkeit sollte uns je in Versuchung führen, den Irrtum in irgend einer Form zu nähren, und sicherlich sollten wir nie Verteidiger des Irrtums sein. Krankheit entsteht, wie andere geistige Zustände, auch durch Assoziation. Da es ein Gesetz des sterblichen Geistes ist, daß gewisse Krankheiten als ansteckend angesehen werden müssen, so gewinnt dieses Gesetz Wirklichkeit durch Assoziation, indem es die Furcht wachruft, die das Bild der Krankheit und ihrer nachfolgenden Manifestation im Körper schafft.

Diese metaphysische Tatsache wird durch folgendes Ereignis beleuchtet: Man machte einen Mann glauben, daß er in einem

Bett schliefe, in dem ein Cholera-Kranker gestorben sei. Sogleich zeigten sich die Erscheinungen dieser Krankheit und der Mann starb. Tatsache war, daß er die Cholera nicht durch stoffliche Berührung bekommen hatte, da ein Cholerakranker überhaupt nicht im Bett gelegen hatte" (S. 154).

Aber Mrs. B.-E. merkt nicht, daß dieser Mann, vorausgesetzt, daß die Geschichte wahr ist, nicht an der Cholera gestorben ist, sondern unter Cholera-Erscheinungen, die vom Versagen irgend eines Nervenzentrums ausgelöst worden sein mögen.

Nun ist es ja sicherlich leicht, sich über das Gesundbeten lustig zu machen, und es hat ja auch bekanntlich eine Zeit gegeben, in der die Witzblätter aus Anekdoten aus diesem Thema reichlich Nahrung zogen, aber am Fluch der Lächerlichkeit ist noch kein Glaube zugrunde gegangen. Zugrunde gehen kann ein derartiges System nur am Widerspruch in sich selber, und das auch nur für den wirklichen Denker. Der echte Glaube selber kümmert sich nicht um den Widerspruch, ja er saugt Nahrung aus ihm. Das *Credo quia absurdum* ist letzten Endes der Wahlspruch alles Glaubens.

Der Widerspruch, an dem Mrs. B.-E. zu Fall kommt, ist der gleiche, an dem der indische Vedanta und die Upanischaden vor sich selber und vor dem wirklichen Denken zu Falle kommen:

Wenn Krankheit, Leiden, Sünde Nichtwissen sind, der Mensch aber seinem Wesen nach göttlicher Natur ist, wie kommt dann das Nichtwissen in ihn hinein?!

Ich habe mich mit Mrs. B.-E. und ihrer Christlichen Wissenschaft länger befaßt, weil das Ganze, wenn man genau zusieht, nichts ist als ein gedanklicher Abklatsch des Systems des indischen Vedanta.

Der indische Vedanta baut sich auf auf dem Gedanken, daß das Ganze in einer einheitlichen Wesenheit, dem Brahman, der Weltseele, dem Weltgeist zusammenfällt, und daß die Einzelseelen, die Atmans nur Teilerscheinungen dieses universalen Brahman sind, wie die sprühenden Funken eines Feuers nur Teilerscheinungen dieses Feuers sind. Diese universale Einheit, das Brahman ist das Wesen, das Seiende, Ewige, Wirkliche, dahingegen der Anschein der individuellen Sonderheit, des Ichs ist das Unreale, ein Nichtwissen, Täuschung, Maya und kann nur durch Belehrung und durch rechtes Wissen überwunden werden. „Brahman wissend wird er Brahman."

Damit es zu diesem Wissen komme, genügt nicht allein Belehrung, nicht allein Meditation und Askese, sondern dazu gehört ein höherer Gnadenakt, eine Art Erleuchtung.

Auch hier weicht Mrs. B.-E. nicht von ihrem gedanklichen Vorbild ab. Sie macht die Gewinnung dieses Wissens zwar nicht von Meditation und Askese, wohl aber von einem göttlichen Gnadenakt abhängig. „Die Enthüllung der Wahrheit im Verstehen kam mir allmählich und offenbar durch göttliche Kraft. Wenn eine neue geistige Idee geboren ist auf Erden, so erfüllt sich das prophetische Wort des Jesaias neu: Ein Kind ist uns geboren — und sein Name ist Wunderbar" (S. 104).

So ist das Heilsystem der Mrs. B.-E., bekannt als Christian Science, Christliche Wissenschaft, der erste vollständige Versuch, eine Weltanschauung, in diesem Fall die Weltanschauung des universellen Spiritualismus, auf die Heilkunde anzuwenden. Und ebenso wie die religiöse Weltanschauung des Vedanta, wie sie in den Upanishads niedergelegt ist, vor dem oben bezeichneten Widerspruch zu Falle kommt: Wenn alles Leben seinem Wesen nach Brahman, All-Seele, Gott ist, wie ist es dann möglich, daß in den Atman, die Einzelseele, das Nichtwissen darüber, daß es so ist, hineinkommt — ebenso kommt die Christliche Wissenschaft vor sich selber zu Falle in der Frage: Wenn alles Geist ist, und Krankheit, Leiden, Sünde letzten Endes nur Ergebnis des Nichtwissens dieser Tatsache sind, wie ist es dann möglich, daß dieses Nichtwissen in die göttliche Wesenheit hineingekommen ist?

Wie der Vedanta sein Brahman kennzeichnet als Sat-citt-ananda, d. h. als Sein an sich, Geist an sich, Glückseligkeit, Leidensfreiheit an sich, so kennzeichnet Mrs. Baker-Eddy drei große Wahrheiten des Geistes: Allmacht, Allgegenwart, Allwissen. „Der Geist, der alle Macht besitzt, der allen Raum füllt, der alles Wissen ausmacht, widerspricht für immer dem Glauben, daß Materie wirksam sein kann!" (S. 110.)

Wo bleibt da noch Platz und Möglichkeit für ein Hineinschlüpfen der Irrealität des Nichtwissens? Die Vorbedingungen, von denen aus das ganze System arbeitet, sowohl in seiner religiösen wie in seiner heilkundlichen Form, werden damit durchlöchert, hinfällig gemacht, und für den wirklichen Denker wird damit alles, was aus diesen Vorbedingungen entspringt, auch hinfällig.

Daß dieses Ergebnis nur für den wirklichen Denker gilt, das

zeigt die Stellung, die die Christliche Wissenschaft immer noch einnimmt. Der Gedanke wirkt, ist als solcher wirklich; denn wirklich ist, was wirkt. Wenn nicht alle Beweise trügen, so finden Tausende von Leidenden Heilung auf diesem Wege, und was kümmert sich der Kranke selber schließlich darum, durch welches Mittel er geheilt wird, wenn er nur gesund wird. Um welche Art der Gesundwerdung es sich hier aber handelt, und wie sehr es in Wahrheit auf den Weg ankommt, durch den man geheilt wird, das erweist sich aus der Tatsache, daß ein auf diesem Wege Gesundgewordener für immer in der Gewalt der Gedanken bleibt, durch die er seine Gesundheit gefunden hat, er wird ein Höriger der Christlichen Wissenschaft. Es wird ihm gehen wie jenem Mann, von dem ich vor einiger Zeit hörte, daß er durch ein strenges Gelübde seinen Sohn, der an einer ärztlich unheilbaren Krankheit litt, durch Sympathie, wie man sagt, gesund gemacht hatte. Als nach Jahren, nachdem der Sohn endgültig gesund schien, der Vater seinem Gelübde untreu wird, kehrt die Krankheit (Krämpfe) beim Sohn wieder. Ebenso mag es wohl sein, daß einer, der durch Gesundbeten geheilt ist, wenn er sich geistig von dem Gebet der Christlichen Wissenschaft abwendet, seiner Krankheit wieder verfällt. Wo Krankheit nichts ist als ein bloßer Glaube an die Krankheit, da ist Heilung auch nichts als ein bloßer Glaube an Heilung, die zugleich mit diesem Glauben auch wieder verloren geht. Es ist eben so: Wirklichkeit läßt sich nicht spotten, und es könnte ja sein, daß das, was als bloße Einbildung gilt, in Wahrheit zu jener Bildkraft wird, die allein als wirkliche Wirklichkeit wirkt.

Mrs. B.-E. war sich selber gewiß, daß ihre Heilmethode *die* metaphysische ist, die nicht weiter überboten werden könne. Sie ist überzeugt, daß sie von Jesu Heilungen sich nur dadurch unterscheidet, daß sie aus diesem metaphysischen Weg, den Jesus unbewußt beschritten hat, eine bewußte Methode macht.

Sie drückt das auch ganz deutlich aus. An einer Stelle sagt sie: „Ich wußte, daß der Urgrund aller harmonischen Geisttätigkeit Gott ist, und daß im Urchristentum Kuren ausgeführt wurden, indem man durch heiligen, erhabenen Glauben heilte; aber ich muß die Wissenschaft solcher Heilung kennen" (S. 109). „Jesus zeigte die Kraft der Christlichen Wissenschaft zum Heilen sterblichen Geistes und Körpers. Aber seine Kraft ging verloren und muß wieder aufs neue geistig entdeckt, gelehrt und gezeigt werden" (S. 110).

Und: „Unser Meister heilte die Kranken, übte Christliche Heilwissenschaft und lehrte die Allgemeinheit dieses göttlichen Prinzips seine Schüler; aber er hinterließ keine endgültige Regel, nach der man dieses Heilprinzip zeigen konnte."

Diese Regel zu zeigen, hat Mrs. Baker-Eddy sich zur Aufgabe gemacht, und die Erfolge, die sie erzielt hat, zeigen, daß sie damit einem wirklichen menschlichen Bedürfnis zu Hilfe gekommen ist. Die Menschen verlangen derartiges, wie es in der Christlichen Wissenschaft ihnen geboten wird. Der ganze schwierige Weg des induktiven Verfahrens der Wissenschaften wird hier überflüssig. Ein einziger Akt ursprünglichen, über alles erhebenden Glaubens genügt, und das Wunder der Heilung ist vollbracht.

Freilich stellt Mrs. B.-E. sich nicht ganz und gar außerhalb der übrigen Heilmethoden. Der Mesmerismus, sozusagen ihr Konkurrent, wird von ihr als Humbug abgetan.

„Wenn animalischer Magnetismus Krankheit zu erleichtern oder zu heilen scheint, so ist dieser Anschein irreführend, da Irrtum nie die Folgen des Irrtums beseitigen kann... In keinem Fall ist die Wirkung des animalischen Magnetismus, neuerdings Hypnotismus genannt, etwas anderes als das Ergebnis einer Illusion. Jede Wohltat, die sich scheinbar von ihm herleitet, ist proportional zu jemandes Glauben an esoterische Magie" (S. 101).

Wohlwollender steht sie der Homöopathie gegenüber, als deren Erfüller sozusagen sie ihre Heilkunde ansieht, und Homöopathie mit ihren infinitesimal, ätherisch feinen Gaben, bei denen der Stoff bis aufs äußerste verdünnt ist, ist ihr die natürliche Vorstufe für ihre rein metaphysische Heilmethode. „Metaphysik, wie sie in der Christlichen Wissenschaft gelehrt wird, ist der nächste Schritt über die Homöopathie hinaus. In der Metaphysik verschwindet Stoff gänzlich aus dem Heilmittel, und Geist nimmt seine berechtigte und oberste Stellung ein. Homöopathie zieht Geistessymptome weitgehend bei ihrer Krankheitsbeurteilung in Betracht. Christliche Wissenschaft hat bei der Beurteilung und Hebung der Krankheit allein mit der geistigen Krankheitsursache zu tun. Sie hat Erfolg da, wo die Homöopathie versagt, allein weil das einzige von ihr anerkannte Prinzip des Heilens der Geist ist, und weil die ganze Kraft des Geistigen von der Wissenschaft des Geistes in Gebrauch gezogen wird, der nie seine Rechte mit der leblosen Materie teilt.

„Christliche Wissenschaft stößt die Drogue aus und bleibt

allein bei Geist als dem heilenden Prinzip, indem sie anerkennt, daß der göttliche Geist alle Kraft hat... Wenn er (Gott) überhaupt Droguen schafft und sie zum Heilgebrauch bestimmt, warum hat dann Jesus sie nicht gebraucht und für den Gebrauch bei Krankheiten empfohlen?" (S. 157.)

Ich schließe hiermit die Betrachtung des Baker-Eddy'schen Systems ab. Wie gesagt, ist es der erste Versuch, eine Weltanschauung im Sinne einer Heilkunde bewußt auszunutzen. Das Wort „Ausnutzen" hat hier seine volle Bedeutung im geistigen wie körperlichen Sinn. Die Christliche Wissenschaft ist eine amerikanische Erfindung, und amerikanisch ist bei ihr die Aufmachung. Mit heiligem Geist arbeiten und sich in klingender Münze zahlen lassen, das nennt man beide Seiten einer Sache, die weltliche und überweltliche, fassen.

Es soll hieraus der Sache selber kein Vorwurf gemacht werden. Alle Wesen bedürfen der Ernährung, Ernährung braucht Geld, und jede Arbeit ist ihres Lohnes wert; aber es gibt doch wohl manche Arbeiten, z. B. die des Christlichen Heilens durch den Geist der göttlichen Gnade, die der Abschätzung nach der medizinischen Taxe sich widersetzen und auf Belohnung durch freiwillige Gaben hindrängen. Indessen, das ist letzten Endes ein Punkt, den die Christliche Wissenschaft mit sich selber abmachen möge.

Ich gehe nunmehr zum vierten der rein geistigen Heilsysteme über: dem, was man heute den *Couéismus* nennt.

Theoretisch gefaßt ist er der ungefähre Gegensatz zur Methode der Christlichen Wissenschaft. Während der Heilvorgang bei letzterer im Hinwegnehmen eines Irrtums über das angebliche, wahre Wesen des Menschen besteht, besteht er bei Coué in einer wirklichen Neubildung, d. h. in einer Einbildung, bei der das Wort „Einbildung" seinen wirklichen Sinn erhält als eine Ein-Bildung, als gedankliche Neubildung, Wirklichkeit im *status nascens*.

Man sieht den grundlegenden Unterschied zwischen der Christlichen Wissenschaft und der suggestiven Heilmethode, zwischen der (den Gesundheit verhindernden Irrtum) abführenden und der (die Gesundheit schaffende Einbildung) zuführenden Heilmethode, zwischen Mrs. Baker-Eddy und Coué ganz klar, wenn man ihn sich an dem Verhältnis der beiden zur Wahrheit klar macht. Bei Mrs. Baker-Eddy ist Wahrheit eine ewige an sich seiende Wahrheit, *der* Geist, Gott; bei Coué ist Wahrheit das Erlebnis der Wirklich-

keit in Form der Einbildung, die eine neue, wirkliche Leben- und damit gesundheitgebende Ein-Bildung schafft.

Es liegt nahe, den ganzen Couéismus als Flausenmacherei abzutun. Die überlegene Ratio ist damit schnell bei der Hand und ebenso schnell mit Beispielen, die diese Flausenmacherei der suggestiven Methode in mehr oder weniger belustigender Weise klar machen sollen. Der Leitsatz Coués: „Es geht mir von Tag zu Tag in jeder Hinsicht besser" fordert zu derartigen Nutzanwendungen geradezu heraus. Aber wenn jemand den Couéismus damit lächerlich machen will, daß er z. B. den Mann mit dem leeren Geldbeutel, den bankerotten Kaufmann usw. alle Tage den obigen Zauberspruch herbeten läßt mit dem unausbleiblichen Erfolg, daß zum bestimmten Termin der Exekutor erscheint, so liegt die Lächerlichkeit des Verfahrens nicht bei Coué, sondern bei seinem Kritiker, der den Coué'schen Gedanken in unstatthafter Weise verrationalisiert hat, und damit jenen scheinbar überlegenen Nonsens schafft, wie die Ratio ihn überall da schafft, wo ihr nicht die Wirklichkeit als das fertige Futter untergeschoben wird, an dem sie sich gefahrlos betätigen kann.

Die Macht der Suggestion und der Satz Coués geht gar nicht auf die Tatsachen der Erfahrung. Man kann nicht die Gegenstände der Erfahrung suggestiv beeinflussen. Der Glaube daran hat zwar immer im Menschenhirn gespukt als Magie, weiße und schwarze. Die Erzählung vom verdorrten Feigenbaum im Neuen Testament wäre solche Magie, d. h. solche Betätigung suggestiver Einflüsse auf die Gegenstände und Vorgänge der Erfahrung..

Der Maori-Häuptling, der im Glauben an seine suggestive Gewalt über die Natur dem Bergsturz entgegentritt und von ihm zermalmt wird, ist die Absage der Natur an derartige Vorstellungen und Versuche.

Es gibt Leute, die behaupten, die Türklinke allein durch die Gewalt ihres Blickes und der Suggestion herunterdrücken zu können. Ich für mein Teil scheue mich nicht zu gestehen, daß ich diese Fähigkeit nicht nur nicht habe, sondern daß ich auch gar keinen Vorzug in ihr erblicke. Die Macht der Suggestion geht nicht auf Erfahrungen, sondern auf Erlebnisse, erlebt sich selber als die sich neu formende Wirklichkeit, wie der einzelne sie als seine Ein-Bildung unmittelbar selber erlebt.

Wenn ein Brett, auf dem man bequem gehen kann, auf der

Erde liegt, so geht ein jeder anstandslos darüber; wenn das gleiche Brett zwischen zwei Kirchtürme gespannt wird, so stürzt man ab. Was ist der Grund? Eine Ein-Bildung, d. h. etwas, das weder der bestehenden Wirklichkeit als Wahrheit entspricht, noch ihr widerspricht als Lüge, sondern eine Wirklichkeit als *status nascens*, bei der die Frage, ob Wahrheit oder Lüge, überhaupt nicht in Betracht kommt, weil zwischen ihr und dem Wissen von ihr, zwischen ihr selber und dem Begriff von ihr gar kein Spielraum ist, indem sie ja selber nichts ist als ein begrifflicher Vorgang, ein Ein-Bildungs-Vorgang.

Wirklich ist, was wirkt. Der Wirklichkeitsgehalt einer Tatsache, eines Vorganges bemißt sich nach dem Gehalt an Wirklichkeit, d. h. an Wirksamkeit. Woraus sich dann ergibt, daß der Akt der Einbildung, der Phantasie, weil er eine Ein-Bildung schafft, im strengsten Sinne eine Neuschöpfung, eine Wirklichkeit im *Status nascens* ist, das Wirklichste innerhalb der Wirklichkeit ist, und Coué rührt mit seiner Lehre, ob bewußt oder unbewußt, das weiß ich nicht, an das tiefste Geheimnis der Wirklichkeit: ihre *Bildbarkeit*.

Leben, das in der Weltanschauung der Mrs. Baker-Eddy seinem Wesen nach eine Konstante ist, nämlich die Konstante Geist, Gott, wird in Coué'scher Auffassung (wie schon gesagt, weiß ich nicht, ob Coué seine Gedanken bis zur Weltanschauung durchgearbeitet hat) zu einem, seinem Wesen nach Veränderlichen, zu einem einbildnerischen, fiktiven Vorgang, bei dem das Wort „fiktiv" seinen wirklichen, schöpferisch-bildnerischen Sinn behält, und bei dem das *Bild* eben kein bloßes Bild im gewöhnlichen Sinne bleibt, sondern ein Ge-Bilde, eine erlebnismäßige Wirklichkeit.

Wie die Praxis der Mrs. Baker-Eddy ihr theoretisches Gegenstück in jeder transzendental-realistischen Philosophie, etwa der Spinozas hat, so hat die Praxis Coués ihr theoretisches Gegenstück in der *Philosophie des Als-Ob*. Wo das Wesen der Wirklichkeit die Ein-Bildung ist, wo die Phantasie die einzige wirkliche Kraft ist, da wird man eben dem Wesen aller Wirklichkeit mit diesem „So tun als ob" gerecht.

Es unterliegt keinem Zweifel, daß man mit dieser Zauberformel alle Fragen beantworten, alle Probleme lösen kann, bzw. sie müßte lösen können, und es bleibt in dieser theoretisch problemfreien Wirklichkeit nur das *eine* Problem bestehen, weshalb man dann mit

dieser Zauberformel ihre Probleme praktisch nicht lösen kann, auch da, wo die Lösung möglich sein sollte, nämlich im Gebiet des Erlebens? Tatsächlich ist ja doch Coué trotz seines Satzes „Es geht mir usw." viel früher gestorben als viele andere, die diesen Satz nie angewandt, ja auch nie gekannt haben.

Ich weiß nicht, ob und wo Coué die Grenze zieht zwischen nach seiner Methode heilbaren und nach seiner Methode nicht heilbaren Krankheiten. Zieht er keine Grenze, so macht er alles heilbar, wie Mrs. Baker-Eddy es von ihrem Standpunkt aus ja tatsächlich tut. Aber die Gefahr, die sie damit beruft, ist bei weitem nicht so groß, wie Coué sie bei solchem Standpunkt berufen würde. Denn nach Mrs. B.-E. ist, wie das ganze Leben, so auch die Heilung ein göttlicher Gnadenakt, der potentiell in jedem Fall ausnahmslos zur Ausführung kommen könnte, und wenn es nicht der Fall ist, so wird die göttliche Gnade, die bekanntlich unerforschlich ist, und mit der man nicht rechten darf, ihre Gründe dazu haben. Dahingegen bei Coué ist Heilung ein Akt der Selbstherrlichkeit, der freien Initiative, und wenn er auf alle Leiden anwendbar ist, so fragt man sich, weshalb er dann nicht darauf angewandt werden kann? Zieht er aber Grenzen zwischen nach seiner Methode heilbaren und unheilbaren Krankheiten, so würde sich daraus ergeben, daß seine Auffassung der Krankheit nur eine beschränkte, einseitige ist, und daß es eine Tiefe der Auffassung, des Verständnisses geben muß, in der beide, die heilbaren und die unheilbaren, zusammenfallen.

Denn das ist ja doch unbestreitbar und Grundtatsache innerhalb der Welt der Krankheiten: Es gibt heilbare und es gibt unheilbare Krankheiten, und diese Heilbarkeit bzw. Unheilbarkeit ist keine feststehende, gegebene Tatsache, sondern selber wieder ein Vorgang. Der Erfahrung nach unheilbare Krankheiten können doch einmal heilbar und der Erfahrung nach heilbare Krankheiten können unheilbar werden. Und das Falsche an Coués Auffassung, auch wenn er seine Methode nur mit Auswahl angewandt wissen will, wäre dieses, daß dabei Krankheit bzw. ein bestimmtes Gebiet der Krankheit grundsätzlich und an sich heilbar sein würde.

So arbeiten beide, Mrs. Baker-Eddy wie Coué, mit einer Fiktion, und beide verfallen dem Schicksal jeder Fiktion: dem Widerspruch, nur mit dem Unterschied, daß Mrs. B.-E. dem theoretischen Widerspruch verfällt (wenn der Mensch seinem Wesen nach Geist,

göttliche Kraft, gesund *ist* und Krankheit nur Irrtum ist, wie kann dann in ihn als Geist dieser Irrtum hineingekommen sein?), während Coué dem praktischen Widerspruch verfällt: Wenn Krankheit, sei es ganz, sei es in gewissen Arten, Einbildung ist, wenn also Heilung ein selbstherrlicher Vorgang ist, weshalb wird er dann nicht auch selbstherrlich ausgeübt? Weshalb bleiben dann von den der Theorie nach heilbaren Krankheiten überhaupt welche ungeheilt?

Die Tatsache, die alle vier Arten der geistigen Heilung (Sympathie, Mesmerismus, Christian Science und Couéismus) nicht genügend beachten, ist dieses, daß sie mit der Tatsache „Krankheit" das ganze Problem abgetan sein lassen, ohne zu bedenken, daß sie damit nur einen Ausschnitt aus dem Problem, eine Seite des Problems geben. Es ist ja doch Tatsache, daß wir alle ungefähr den gleichen Einflüssen ausgesetzt sind, mögen sie Witterung, Ernährung, geistige Momente usw. betreffen, und daß die Tatsache Krankheit doch immer nur mit Auswahl auftritt. Hieraus allein schon ergibt sich, daß mit der Tatsache Krankheit allein die Aufgabe der Heilkunde nicht erschöpft ist, sondern daß mit dieser Tatsache ein zweites, drohendes Problem sich ergibt: das *Problem der Anlage*, d. h. der Anlage zur Krankheit.

Wenn unter einer Zahl von Tausenden unter gleichen Bedingungen nur ein mehr oder weniger großer Prozentsatz erkrankt, so ist damit nicht nur die Tatsache „Krankheit" gegeben, sondern auch die Tatsache „Anlage zur Krankheit", und man kann der ersteren Tatsache gar nicht gerecht werden, ohne der letzteren nicht gerecht zu werden. Die vier geistigen Heilmethoden, die vier Arten der Kunstheilung werden schon deswegen der Krankheit nicht gerecht, weil sie die Anlage gar nicht mitfassen. Heilkunde als Kunst heilt die Krankheit so, wie sie ist, sozusagen vom Fleck weg und hat keine Lust, sich durch die Ueberlegung, ob auf Grund ihrer Anlage eine Krankheit heilbar ist oder nicht, in ihrer Sicherheit irre machen zu lassen. Der Geist fragt nicht nach Anlagen, d. h. Vorbedingungen. Freilich ist die Heilung dann auch danach. Ich werde später Gelegenheit haben, auf diesen Punkt zurückzukommen.

Ich schließe hiermit meine Bemerkungen über die Heilkunde als Kunst ab und gehe über zur Heilkunde als Erfahrungswissenschaft. Diese Form der Heilkunde ist in ihren verschiedenen Strömungen zusammengefaßt bekannt als *Schulmedizin*.

IV.

Ihr Wesen ist schon mit ihrer Stellung als Gegensatz zur Heilung als Kunst gekennzeichnet. Ist die letztere eine rein geistig-dynamische Heilmethode, in jedem einzelnen Falle ein einmaliges und als solches eigen-sinniges Erlebnis, das sich als solches durch das Moment der Unberechenbarkeit kennzeichnet, nach dem Spruch der christlichen Bibel arbeitend: „Der Geist wehet, wie er will!" so ist die Heilkunde als Wissenschaft eine rein erfahrungsgemäße, stofflich-mechanische Heilkunde, als solche durch das Moment der Vergleichbarkeit, Wiederholbarkeit, Berechenbarkeit gekennzeichnet.

Ob dieses Moment des Erfahrungsgemäßen sich am Stofflichen im Organismus betätigt bzw. betätigen will, ob es sich am Energetischen betätigt, das kommt erst in zweiter Linie. Es hat Zeiten in der Heilkunde als Wissenschaft gegeben, wo dieselbe rein stofflich eingestellt war, es hat Zeiten gegeben, wo sie mehr energetisch eingestellt war; es hat Zeiten gegeben, wo sie mehr lokalisierend (auf Gewebe, Organe, Zellen usw.) eingestellt war, und es hat Zeiten gegeben, wo sie mehr universell auf eine metaphysische Wesenheit eingestellt war, als Gegenstück zur Lebenskraft in der Philosophie. Es hat eine Zeit gegeben, wo sie mehr intern eingestellt war, d. h. wo man die Krankheit einseitig in den kranken Körper verlegte als *materia peccans*, und es hat eine Zeit gegeben, wo man mehr extern eingestellt war, d. h. wo man die Krankheit einseitig in die äußere Schädigung, der Hauptsache nach den Bazillus, verlegte. Es ist nicht meine Aufgabe, alle diese verschiedenen Strömungen in der Geschichte der Medizin zu verfolgen, besonders da diese Strömungen meist nicht so verlaufen sind, daß jeweils jede für sich die Alleinherrschaft im Bereich der Heilkunde ausgeübt hätte. Meist laufen mehrere Strömungen nebeneinander. Selbst die markantesten Strömungen ihrer Zeit, die Aera der Virchow'schen Cellularpathologie und die Koch-Behring'sche Aera der Bakteriologie, sind nie in ihrer Zeit Alleinherrscher gewesen. Auch in den Zeiten der schärfsten Objektivierung der Krankheit in Form der erkrankten Zelle oder Zellgruppen ist der Glaube an die Lebenskraft und ihre universelle Funktion nie ganz geschwunden gewesen, und selbst in den Zeiten der rücksichtslosesten Verlagerung der Krankheit in den Bazillus ist das Gefühl für die Einsicht, daß der Bazillus allein es nicht macht, sondern daß der von ihm angegriffene

Organismus bei dem Vorgang zum mindesten ein Wort mitzureden hat, nie ganz verloren gegangen.

Alles Stoffliche gehorcht letzten Endes und in irgend einem Sinne den Fallgesetzen. Die Wissenschaft der Fallgesetze ist die Physik, die Naturwissenschaft im reinsten Sinne. Sie verarbeitet, wie schon gesagt, die Seite des Weltgeschehens, die ihrem Wesen nach so beschaffen ist, daß sie als Gefälle in irgend einer Form aufgefaßt und verarbeitet werden kann. Auf dieser Auswahl ihres Gegenstandes, auf diesem Sich-Beschränken auf die rein rückwirkliche Seite des Weltgeschehens beruht die Größe der modernen Naturwissenschaft, die suggestive Kraft, die sie auf Grund ihrer sogenannten Exaktheit auf die Geister ausübt. Man verfällt dabei dem Wahn, daß Exaktheit, Meßbarkeit, Vorausberechenbarkeit Beweise für den wirklichen Charakter einer Wissenschaft sind. Aber alles dieses ist nicht Beweis für die Wirklichkeit eines Systems, sondern dafür, daß es bewußt und folgerichtig die Wirklichkeit ausscheidet und sich auf das Gebiet beschränkt, das sich die Fallgesetze auferlegen läßt: nämlich die tote, rein physikalische Seite des Weltgeschehens, die ich deswegen die rein rückwirkliche nenne, weil sie in irgend einem Sinne ein wirkliches, lebendiges Weltgeschehen voraussetzt, welches erst Spannungen schaffen muß, die sich im Gefälle entladen und ausgleichen. Soll im physischen Weltbild etwas geschehen, so muß die Uhr erst aufgezogen werden, und das kann nur von den lebendigen, wirklichen Vorgängen irgend welcher Art geschehen.

Die Seite des Weltgeschehens, welche Gegenstand der Naturwissenschaft und ihrer Exaktheit ist, ist dadurch gekennzeichnet, daß Kraft in ihr nicht mehr tätig ist; sie ist die Rückwirkung von Kräften, aber nicht mehr selber von Kräften eingenommen. Erst diese Tatsache macht sie den Fallgesetzen gefügig. Kraft, d. h. lebendige Wirklichkeit ist eigensinnig, fügt sich nicht dem Gefälle, sondern folgt ihrem eigenen Gefallen und Mißfallen.

Die Heilkunde als Schulmedizin, als Erfahrungswissenschaft ist, kurz gesagt, der Versuch, das wissenschaftliche Verfahren der Naturwissenschaft und die Bedingungen ihrer Exaktheit auch auf die Heilkunde, d. h. auf den lebendigen, eigensinnigen Organismus zu übertragen. Daß das keine bloße Fiktion ist, daß vielmehr bis zu einem gewissen Grade die Möglichkeit dazu vorliegt, das erweist sich aus der Tatsache, daß der Organismus auf Grund

seines Stoffgehaltes unter gewissen Bedingungen bis zu einem gewissen Grade der Schwerkraft folgt, bzw. folgen kann. Ein lebendes Wesen kann z. B. fallen und unterliegt dabei den Fallgesetzen wie ein Stein auch.

Aber man muß bedenken, daß diese Auffassung nur einen hypothetischen, bedingten Wert hat; daß sie nur auf ein Grenzgebiet des lebendigen Organismus und hier auch nur unter Vorbehalt anwendbar ist, und daß der Versuch, den lebendigen Organismus ganz im mechanisch-materialistischen Sinne zu deuten, dem Versuch gleicht, die Flamme von der Kohle aus zu deuten. Das Wesen der Flamme liegt nicht in der Kohle, sondern in der Brennkraft, und die ist eigensinnig, unterliegt nicht der Schwerkraft.

Einer der schwersten Fehler, den die Heilkunde während ihres ganzen Bestandes gemacht hat, ist dieser, daß sie auf Grund einer mißverstandenen, falsch angewandten Weltanschauung das Leben als einen Mechanismus ansah, der, wie jeder andere Mechanismus auch, wenn er in Unordnung geraten war, durch mechanischen Anstoß wieder in Ordnung gebracht werden mußte.

Daß mit dieser Auffassung das Gesetz der Massen, die berechenbare, zahlenmäßige Beziehung im Verhältnis von Ursache und Wirkung mit in die Heilkunde einziehen mußte, ist klar. Im Bereich der Masse, des ersten Anstoßes gilt eben der Satz, daß die Wirkung nach der Masse berechnet werden kann. Hier heißt es eben: Viel hilft viel, wenig hilft wenig.

Nach diesem exakten, aber rein hypothetischen Grundsatz hat die Schulmedizin gearbeitet, arbeitet sie heute noch. Nach diesem Verfahren erzielt sie ihre Erfolge. Daß diese Erfolge da sind, ist ja zweifellos, eine Methode kann nicht von bloßen Mißerfolgen leben. Daß es Gebiete und Umstände gibt, bei denen diese Methode ihre Berechtigung hat, ist auch zweifellos: eben das Gebiet und die Umstände, wo vom Leben nur jenes Grenzgebiet gefaßt wird, in dem das Mechanische überwiegt. Der große Fehler der Schulmedizin liegt nur darin, daß sie dieses Verfahren auf das Ganze des lebendigen Organismus anwenden will, woraus sich dann Vergewaltigungen aller Art mit ihren üblen Folgen ergeben.

Der große Fehler der Schulmedizin ist dieser, daß sie übersieht, wie im Leben letzten Grundes doch das Geistige entscheidet, und daß eine Krankheit nicht schlechthin nur das ist, als was sie sich erfahrungsgemäß darstellt, sondern daß ihr Verlauf auch

immer davon abhängt, wie sie vom Kranken aufgefaßt und geistig verarbeitet, begriffen wird. Daß dieses Moment der Eigen-Sinnigkeit, das in jedem Krankheitsfall mehr oder weniger tätig ist, von der mechanistischen Auffassung als Massen-Verarbeitung ausgeschlossen ist, ist ohne weiteres klar; daß damit allem Verfahren der Schulmedizin der rein hypothetische Charakter aufgedrückt ist, ist gleichfalls klar.

Daß im lebendigen Organismus an allen Ecken und Enden Eigen-Sinnigkeiten ihr Wesen treiben, das merkt man allmählich mehr und mehr. Die Worte Impuls und Intention, die man notgedrungen in die Terminologie des Lebens hat einführen müssen, zeigen, daß man das Gebiet der Physik mit ihrem Mechanismus verlassen hat. Und es könnte sein, daß die Zeit nicht fern ist, in der man wird einsehen müssen, daß es sich auch bei Impuls und Intention nicht um Lebenswerte schlechthin handelt, sondern daß jedes einzelne Individuum seine eigenen Impulse und seine eigenen Intentionen hat und damit sich selber seine eigene Gesetzlichkeit erlebt und mithin auch seine eigene Heilkunde verlangt.

Die Auffassung der Schulmedizin und die hinter dieser Auffassung stehende Weltanschauung bringen es mit sich, daß man, nach dem Muster der Physik und ihrer Fallvorgänge, es versucht, die Wirkung eines Heilvorganges zu verfolgen, sie in das Sinnlich-Erfahrungsgemäße zu verlegen. Das schreckliche Ergebnis ist der Tierversuch, der so viel angefeindet und bekämpft wird. Aber alle Anfeindungen, alle vivisektionsgegnerischen Vorstöße werden erfolglos bleiben, solange die Medizin nicht selber zu jener Umschwenkung in der Auffassung des Heilvorganges kommt, die der Eigensinnigkeit alles Lebens ihr Recht läßt. Nicht von ethischen und philanthropischen Betrachtungen aus wird der Vivisektion beizukommen sein, sondern nur von einer neuen, wirklicheren Weltanschauung aus, die den ganzen Heilvorgang auf andere gedankliche Grundlage stellt. Erst dann wird sich ergeben, daß das, was auf diesem Wege an Ergebnissen gewonnen wird, für das Heilgeschäft nur zu einem so winzig kleinen Prozentsatz verwendbar ist, daß es praktisch überhaupt nicht in Betracht kommt.

Im lebendigen Organismus gibt es nichts, was sich, gleich einem physikalischen Vorgang, ganz in ein rein sinnlich-erfahrungsgemäßes Nacheinander von Ursache und Wirkung überführen ließe. Was sich auf diese Weise darstellen läßt, das sind immer nur

Symptome, Lebenserscheinungen; die diesen Lebenserscheinungen zugrunde liegende Kraft, das Leben selber, das ist eben nicht sinnlich-erfahrungsgemäß darzustellen. Und es handelt sich hierbei nicht um ein bloß vorläufiges Nichtkönnen einer in ihren Mitteln und Wegen noch beschränkten Wissenschaft, sondern um ein grundsätzliches Nichtkönnen. Kraft ist das Geheimnis der Natur; alles was sie zeigt, sind Kraftäußerungen, Symptome, und jeder Versuch, Kraft in Symptom überzuführen, sie erfahrungsgemäß zugänglich zu machen, ist nicht nur praktische Unmöglichkeit, sondern auch eine Undenkbarkeit, indem Kraft, die ganz in Symptome übergeführt wäre, gar nicht mehr Kraft, sondern nur Kraftäußerung sein würde.

Diese Tatsache Kraft, die in allen lebendigen Vorgängen nun einmal wirksam ist, verdirbt der rein mechanisch-materialistischen Auffassung der Schulmedizin mit ihrer Vorstellung von Wirkungen, die von der Masse abhängen, mit ihrem rein erfahrungsgemäßen Nacheinander von Ursache und Wirkung, mit ihren streng kausalen Beziehungen das Konzept. Das Leben ist kein Mechanismus, sondern ein Organismus; die Lebensvorgänge unterliegen nicht der Massenwirkung, zum mindesten nicht natürlicherweise, sondern nur da, wo und solange wie sie durch die Massen gewaltsam lahm gelegt werden. Durch ein genügend starkes Schlafmittel kann ich das Nervensystem lahmlegen, durch ein genügend starkes Fiebermittel jede Temperatur herunterdrücken; aber das nenne ich keinen Heilvorgang, sondern eine Vergewaltigung, die freilich als solche durchaus nicht immer die wohltätige Wirkung ausschließt. Es gibt ja auch wohltätige Vergewaltigungen, zum Besten des Vergewaltigten eingeleitet. Aber Vergewaltigung hört auf, diesen unter Umständen wohltätigen Charakter zu behalten, wenn sie schematisch zum Heilgrundsatz erhoben wird. Das versucht die Schulmedizin, und sie wird dazu immer wieder ermutigt, einerseits praktisch durch die Ausnahmefälle, in denen Vergewaltigung durch Massenwirkung tatsächlich wohltätig wirkt, und zweitens theoretisch durch das suggestive Gewand der Kausalität, in das alle Massenwirkung sich kleidet. Welche Rolle in Wahrheit die Masse beim Leben einerseits, beim Heilvorgang anderseits spielt, werde ich später zu zeigen versuchen, wenn ich von der Ernährung spreche.

Diese kurzen, grundsätzlichen Andeutungen mögen genügen, um das ganze Verfahren der Schulmedizin zu beurteilen. Sie ist kurz

gesagt der Versuch, die Gesetze des physikalischen Geschehens auf den lebendigen Organismus zu übertragen. Daß dieser Versuch als gescheitert angesehen werden kann, dafür gibt die moderne Schulmedizin selber den Beweis. Sie ist gegenwärtig in einen Zustand geraten, wie er nur da möglich ist, wo alte Grundsätze und Anschauungen hinfällig geworden sind. Das Bild, das die moderne Schulmedizin heute bietet, kann man, ohne sonderliche Uebertreibung, mit einem Chaos vergleichen, das freilich, wie jedes Chaos, den Vorteil hat, daß es Hoffnung und Möglichkeit für eine neue große Ordnung, für einen neuen Kosmos birgt. Der Wahn, die Krankheit in verändertem Mechanismus der erkrankten Zelle einfangen zu können, ist dahin. Ebenso ist der Wahn dahin, die Krankheit im Bazillus zu identifizieren. Die Lehre von den Hormonen, der inneren Sekretion hat das Ungenügende aller Versuche gezeigt, die Krankheiten auf einzelne Organe festzulegen. Es gibt überorganische Koeffizienten, eben diese Hormone, denen gegenüber die organische Affektion nur symptomatischen Wert behält, ebenso wie man in den Nährstoffen überorganische Koeffizienten gefunden hat, die Vitamine, die Nähr-Ersatzstoffe, die der alten, exakten, nach dem Schema von Eiweiß, Stärkemehl, Fetten, Nährsalzen und ihren Kalorien-Werten sich abspielenden Ernährungslehre den Garaus gemacht, zum mindesten sie auf das ihr gebührende Maß zurückgedrängt hat.

Fraglos den stärksten Stoß hat die Heilkunde als Erfahrungswissenschaft mit ihrer Exaktheit, ihrer Berechenbarkeit, ihrem das menschliche Denken so sehr befriedigenden Zauber fester Zahlen durch zwei neue Angreifer erlitten: die Immunkörpertherapie auf organischem Gebiete, die Reizkörpertherapie auf unorganischem Gebiete.

Wie gesagt beruht alle Wissenschaftlichkeit, alle Möglichkeit für Wissenschaft auf der Erfahrung, d. h. auf der Möglichkeit der Berechenbarkeit, und diese wiederum beruht auf dem gesetzlichen Verhältnis zwischen Ursache und Wirkung. Nur wo die Wirkung sich gesetzmäßig ändert mit der Ursache, das heißt auf die Heilkunde angewandt, wo der Heilstoff und seine Heil-Wirkung in einem Massenverhältnis stehen, derart, daß Viel viel hilft, Wenig wenig hilft, nur da ist Heilkunde als Wissenschaft möglich.

Dieses gesetzmäßige Verhältnis zwischen dem heilenden bzw. dem krankmachenden Stoff und seiner Wirkung auf den Organis-

mus scheint durch die sogenannten Immunkörper und durch die Reizkörper ganz über den Haufen geworfen zu werden. In die Exaktheit, die Berechenbarkeit der Heilkunde als Wissenschaft, die durch die rastlose Arbeit so vieler Generationen mit unendlicher Mühe aufgebaut worden ist, tritt plötzlich ein neues, scheinbar gesetzloses, eigensinniges Element ein, das alle Exaktheit und Berechenbarkeit über den Haufen zu werfen droht, das sich, gleich einem Erdbeben, lediglich in alles erschütternden Wirkungen zu gefallen scheint und das, wenn auch, gleich dem Erdbeben, an ihm gewisse Erdbebenlinien zu erkennen sind, doch dem Versuch, seine Wirkungen zahlenmäßig festzulegen, spottet, wenigstens bisher gespottet hat.

Ich werde auf die Immunkörper- wie Reizkörpertherapie später zurückkommen müssen; hier soll der Hinweis genügen, daß mit dieser Eigensinnigkeit der Immunkörper- und der Reizkörpereinwirkung die Heilkunde vor einem entscheidenden Wendepunkt angelangt ist, nämlich an dem Wendepunkt, an dem sie sich entscheiden soll, ob sie hinfort noch als Erfahrungs-Wissenschaft bestehen kann und dem Ideal einer Heilwissenschaft noch fernerhin zustreben kann, oder ob sie sich auf ein höheres Niveau erheben muß. Ein höheres muß dieses Niveau deshalb sein, weil seine Begreiffähigkeit eine höhere sein müßte. Ein Standpunkt ist um so höher, je mehr er umgreift, und ein Standpunkt, der nicht nur die bisherige materiell-mechanische Auffassung mit ihrer Berechenbarkeit, sondern nunmehr auch die Unberechenbarkeit der Immun- und Reizkörper-Therapie mit begreift, müßte offenbar ein höherer sein als der bisherige, alte Standpunkt.

Vorläufig scheint die Schulmedizin überhaupt noch nicht zur Einsicht gekommen zu sein, daß sie an einem solchen Wendepunkt steht, an dem es heißt: von Grund aus umdenken oder seine Unfähigkeit bekennen. Vorläufig versucht man noch, soweit ich die Literatur habe verfolgen können, die Tatsachen der Immun- und Reizkörper-Therapie in das materiell-mechanische Gebäude der exakten Wissenschaft mit einzubauen, d. h. man bemüht sich, die Tatsachen der Immun- und Reizkörper-Therapie in das System der Berechenbarkeiten mit hineinzureißen. Diese Bemühungen sind bisher vergeblich geblieben, aber die Schulmedizin wird aus diesem Fehlschlag nur etwas lernen, wenn sie lernt und weiß, warum alle diese Versuche erfolglos bleiben müssen.

Dabei ergibt sich dann die Frage, ob es denn überhaupt dieses höhere Niveau, oberhalb der Heilkunde als Kunst und der Heilkunde als Wissenschaft, gibt oder ob die Pendelschwingungen zwischen beiden als einzige Möglichkeit verbleiben? So daß der modernen Heilkunde, falls sie einsehen sollte, daß sie als Wissenschaft Schiffbruch gelitten hat, kein anderer Ausweg verbleiben würde, als wieder zur Heilkunde als Kunst zurückzukehren, vorausgesetzt, daß das überhaupt möglich ist.

Kunst ist Können und Können ist entweder da oder es ist nicht da. Aus dem Stande der Wissenschaft, d. h. der Mittelbarkeit zum Stande der Kunst, d. h. der Unmittelbarkeit, aus dem Stande der Erfahrung zum Stande des Erlebens zurückzukehren, das geht nicht an, so wenig wie das Kind wieder in den Mutterleib zurück kann, wenn es ihn einmal verlassen hat. Zum Erleben gehört die von der Erfahrung unangekränkelte Naivität des Erlebens. Ist sie dahin, so kann keine Kunst sie mehr schaffen. Eine Kunst des Könnens gibt es nicht. Ein Universitätsprofessor, der seinen Fuß auf den Hals des Kropfkranken setzen wollte gleich den mittelalterlichen Königen Frankreichs, oder der eine Sympathiekur einleiten wollte, würde nur eine komische Figur machen.

Auf die Frage: Gibt es überhaupt ein Niveau, höher als das der Heilkunde als Kunst wie als Erfahrungswissenschaft? antworte ich: Ja, das gibt es! Es ist das Niveau der Wirklichkeit. Aus diesem Niveau muß sich eine Heilkunde, eben die wirkliche Heilkunde, ableiten lassen, und diese letztere wird sich als wirkliche Heilkunde dadurch erweisen, daß sie, obgleich sie frei ist vom fiktiven Charakter der Heilkunst wie vom hypothetischen Charakter der Heilwissenschaft, doch beide als innerhalb der Wirklichkeit mögliche Formen mitbegreift.

Ich weiß wohl, daß die gegenwärtige Zeit sogenannten philosophischen Betrachtungen abhold ist. Die Periode der Schelling, Hegel, Oken usw. hatte zu viel von diesem Stoff geliefert, und der natürliche Rückschlag war die alle philosophische Neigung aus der Medizin herauswerfende Richtung des vorigen Jahrhunderts. Es wurde zum Dogma, daß eine einzige gut beobachtete Tatsache mehr wert ist als ein ganzer Sack voll Gedanken. Das mag sein; es kommt darauf an, welcher Art die Gedanken sind. Wenn sie von der blind-phantastischen Art der Natur-Philosophie sind, so ist das sicherlich richtig. Es mag aber auch sein, daß ein einziger

Gedanke mehr wert ist als ein ganzer Sack voll Tatsachen. Denn man darf nicht vergessen, daß Tatsache immer nur Symptom, und Symptom vieldeutig ist. Nur arbeiten, immer nur arbeiten, und sein Denken immer nur in den Dienst des Symptoms spannen, das ist kein Denken, das ist geistige Fabrikarbeit. Seine Denkkraft nur dazu benutzen, um immer wieder neue Tatsachen zu schaffen, den Tatsachenbestand bis ins Unübersehbare zu mehren, das heißt am Denken die wichtigste Seite, die besinnliche, ausschalten. Sollte das, was das Leben ohnehin darbietet, nicht schon alles enthalten, was zu einem wirklichen Verständnis nötig ist, so daß es vielmehr auf eine Bestandsaufnahme und Deutung des Vorhandenen ankäme als auf eine ständige Neuschaffung von Tatsachen?

Das verlangt eine Atempause. Und gerade die ist heutzutage schwer zu erlangen. Denn alles, was heute nicht der wissenschaftlichen Arbeit dient, gilt als verschwendete Zeit. Die Tatsache ist der Gott, den die Naturwissenschaft und mit ihr die Schulmedizin anbetet, und es wird schwer sein, hier eine Aenderung zu schaffen, und doch muß sie geschaffen werden; denn Tatsachen ohne Weltanschauung sind Hände ohne Augen.

Die Ansätze zu dieser gedanklichen Atempause sind ungemein spärlich. Das Verheißungsvollste, was ich habe finden können, steht in *Krehls Pathologischer Physiologie*, wo es (10. Aufl., S. 5) folgendermaßen heißt: „Ich bin der letzte, der sich gegen die Beschäftigung der Mediziner mit Fragen der Weltanschauung und der Religion wenden würde. Sehe ich doch aus innerster Ueberzeugung beides als unumgänglich notwendig an für den Menschen wie für den Arzt." Und weiter S. 7: „Gegenwärtig darf unser Blick freier sein, Unwägbares und Seelisches wagen wieder aus ihren Schlupfwinkeln hervorzutreten! Wie ich meine, beherrschen sie sogar auch die letzten Fragen der Pathologie. Deswegen halte ich nicht nur die kausale, sondern auch die ernste und einsichtige teleologische Betrachtungsweise wissenschaftlich für durchaus berechtigt. Vielleicht brauchen wir für ein endgültiges Verständnis noch ganz andere Arten der Anschauung." Aber es ist, als ob Prof. Krehl fürchtet, sich schon zu weit vorgewagt zu haben, denn in der 12. Auflage habe ich diese Stellen nicht mehr gefunden.

Nun ist es freilich mit der Tatsache Weltanschauung allein noch nicht getan. Wenn man sich eine Weltanschauung auf sogenanntem deduktivem Weg aus den Fingern saugt, so ist damit nichts geholfen.

Weltanschauung hat Sinn und Wert nur, wenn sie der Wirklichkeit entspricht.

Damit stehe ich vor der Frage, vor die jeder wirkliche Denker ja einmal zu stehen kommt: *Was ist Leben? Was ist Wirklichkeit?* Und auch die Heilkunde, wenn sie in den Rang einer wirklichen Heilkunde treten soll, darf sich dieser Frage nicht entziehen. Von ihrer wirklichen Beantwortung wird die Zukunft aller Heilkunde abhängen.

Also was ist Wirklichkeit? Antwort: Wirklichkeit ist Wirken! Und die Tatsache Wirken besagt einerseits, daß eine Kraft da ist, die wirkt, und anderseits, daß ein Stoff da ist, an dem dieses Wirken sich vollzieht.

Nun klingt es sehr verlockend zu sagen: Wirklichkeit besteht aus den beiden Konstituentien Kraft einerseits, Stoff anderseits. Man würde hiermit die Vorbedingung und Berechtigung für die beiden Grundströmungen alles geistigen Lebens, den Glauben einerseits und die Wissenschaft anderseits geben, indem Glaube, als rein geistige Weltanschauung das Weltgeschehen als wirklich nur gelten läßt, soweit es Kraft ist, und das Stoffliche der Kraft unterordnet, und indem die Wissenschaft als rein mechanische Weltanschauung das Weltgeschehen als Wirklichkeit nur gelten läßt, soweit es Stoff ist, und die Kraft als Funktion des Stoffes deutet. Aber der wirkliche, d. h. der unvoreingenommene Denker merkt bald, daß das Weltgeschehen, die Wirklichkeit, nicht Kraft, nicht Stoff zeigt, sondern immer nur die Einheit beider: bestoffte Kraft, bekrafteter Stoff; und wenn ich hier die Frage tue: Was ist Wirklichkeit? so tue ich es in diesem wirklichen Sinne, in dem sie die Einheit von Kraft und Stoff darstellt.

ZWEITER TEIL

I.

Was ist Wirklichkeit?

Die Antwort lautet: Einerseits Kraft; denn es geschieht etwas, es gibt Vorgänge; anderseits Stoff, denn es ist etwas da, es gibt Gegenstände.

Außer der Wirklichkeit in ihren beiden Erscheinungsformen Kraft und Stoff ist noch ein anderes da, nämlich das Wissen von ihr, der Wirklichkeit. Wirklichkeit ist nicht nur da, sondern ich weiß auch, daß sie da ist.

Mit dieser Tatsache, mit der Ich, das denkende Individuum, zur Wirklichkeit erwache, ist die Möglichkeit einer Antwort auf die obige Frage gegeben. Mit der Tatsache des Wissens von ihr ergibt sich die Möglichkeit, sie in diesem oder jenem Sinne zu deuten.

Es sind zwei Deutungen, die das geistige Leben der Menschheit beherrschen und in die alle Versuche, der Wirklichkeit erkenntlich Herr zu werden, trotz ihrer sinnverwirrenden Fülle sich einteilen lassen: die Deutung des Glaubens und die Deutung der Wissenschaft.

Der Glaube, in all seinen verschiedenen Formen, von der höchsten bis zur niedrigsten, vom Monotheismus bis zum dumpfsten Fetischismus hinab, besagt nur eins: Leben, Wirklichkeit, ist ein Geistig-Dynamisches, Kraft an sich, ein Absolutes, Selbstherrliches, das seine Vorbedingungen in sich selber trägt, und diese sinnliche Welt hier ist nichts als ein Ausdruck, eine Betätigung dieser rein geistigen Kraft.

Die Wissenschaft, solange sie reine Wissenschaft, wie man sagt, exakt bleibt, vertritt die sogenannte mechanisch-materialistische Weltanschauung, d. h. sie sagt: Eines Teiles der Welt, der sogenannten physischen Vorgänge, sind wir gedanklich Herr geworden, wie sich daraus ergibt, daß wir sie voraus berechnen können, und wir können das, weil sie alle einem einzigen großen Gesetz, dem Fallgesetz, gehorchen. Alles physische Geschehen ist letzten Endes auf einen Spannungsausgleich, d. h. auf ein physikalisches Gefälle, zurückzuführen. Wenn eine Wärmemasse an die sie umgebende Luft sich ausgleicht, so ist das ein Gefälle, dem Wesen nach nicht verschieden vom fallenden Stein.

Nach diesem Schema haben wir die eine Seite der Welt, die physisch-mechanische in unsere Hand bekommen, nach diesem

Schema werden wir in Zukunft auch einmal die geistig-dynamische Seite in unsere Hand bekommen. Es wird eine Zeit kommen, wo wir auch Bewußtsein als einen Fallvorgang werden vorausberechnen können.

Beide Auffassungen, die des Glaubens wie die der Wissenschaft, kommen da, wo die Wirklichkeit unter Wissen von sich selber, unter Bewußtsein verläuft, vor sich selber zu Fall, indem sich da ergibt, daß beide mit einem versteckten Widerspruch arbeiten, der im Ausdenken sich verrät.

Mag dieses Wissen, das Bewußtsein im übrigen sein was es will; eines ist es sicher: eine Beziehung, und zwar nicht Beziehung schlechthin, eine Relation wie die Relationen, mit denen die Wissenschaft arbeitet, die sich als Kausalität darstellen, sondern eine Beziehung zu sich selber, ein reflexiver Vorgang, ein sich auf sich selber Beziehen.

Zu sich selber in Beziehung treten, d. h. reflexiv werden, kann aber weder das Absolute, wie der Glaube es lehrt; denn es würde durch dieses in Beziehung treten seine eigene Absolutheit zerstören, indem ja Absolut nichts bedeutet als das von allen Beziehungen Losgelöstsein — noch das Relative, wie die Wissenschaft es lehrt. Diese Relationen bedeuten immer nur ein In-Beziehungtreten zu einem andern, was man dann Kausalverhältnis nennt.

Das Reflexivum hat weder im absoluten Weltbild des Glaubens noch im relativen Weltbild der Wissenschaft Platz. Weder eine Kraft an sich noch ein reiner Fallvorgang kann zu sich selber in Beziehung treten, weder Kraft an sich noch ein reiner Fallvorgang brauchen Bewußtsein und können es auch nicht brauchen, weil es dem einen die Absolutheit, dem andern die Relativität zerstören würde, gleich einer ungeraden Zahl, die, wenn in den Bestand einer noch so großen Geraden eingeführt, diese gleichfalls ungerade macht.

Beide Deutungen der Wirklichkeit, die des Glaubens wie die der Wissenschaft, fallen somit darin zusammen, daß sie, wenn ausgedacht, zu einem Widerspruch in sich führen. Hätte der Glaube recht, so könnte es nie zum Glauben kommen, indem Absolut und Wissen von der Absolutheit sich ausschließen. Hätte die Wissenschaft recht, so könnte es nie zur Wissenschaft kommen, indem ein Mechanismus und das Wissen von ihm sich ausschließen. Alles, auch das Bewußtsein, in Fall-Vorgänge umdeuten heißt sich selber

die Vorbedingung für diese Deutung wegdeuten. Beide, Glaube wie Wissenschaft, arbeiten mit einer Voraussetzung (Wissen um die Wirklichkeit, Bewußtsein), die dem, was sie selber sind und lehren, widerspricht.

Es fragt sich: Worin unterscheiden sich beide? Sie unterscheiden sich darin, daß der Glaube fiktiven Charakter, die Wissenschaft hypothetischen Charakter hat.

Es ist weder meine Absicht noch meine Aufgabe, Polemik zu treiben, und wenn ich hier von fiktiv spreche, so muß man wissen, was damit gemeint ist, um darüber urteilen zu können, ob hier Polemik getrieben wird oder nicht.

Fiktiv heißt einbildnerisch, das Wort in seinem wirklichen Sinn genommen, wo Bild nicht bloßes Abbild einer Wirklichkeit ist, sondern ein Bilden, ein Bildungsvorgang selber, der sich von anderen wirklichen Bildungsvorgängen dadurch unterscheidet, daß er ein reines bildnerisches Erlebnis ist, dem keine Erfahrung entspricht, formelmäßig gesprochen: ein Vorgang ohne Tatsachen. Die einzige Tatsache ist hier die Tatsache des reinen Vorganges. Alles in allem ein Ding, bei dem es dem wirklichen Denker nicht mehr auf die Inhalte ankommen kann, denn der ganze Inhalt besteht hier in dem bildnerischen, fiktiven Verfahren, sondern nur auf die erstaunliche Tatsache des Fingierens selber.

Hypothetisch ist das, was nur von einer gewissen Unterlage aus, unter gewissen Vorbedingungen, Wert und Richtigkeit hat. Diese Vorbedingung, mit der die Wissenschaft arbeitet, ist dieses, daß sie die physische Welt, in der gegenständlich die Fallgesetze und begrifflich die Kausalität herrscht, als eine selbständige Seite der Welt ansieht. Nur so allein würde sich Möglichkeit und Berechtigung ergeben, die Gesetze dieser Seite auf die andere, die lebendige Seite der Wirklichkeit zu übertragen.

Aber man bedenke, daß diese physische Seite ja gar keine Selbständigkeit in sich hat, indem jeder Fall ein Heben, jeder Ausgleich von Spannungsdifferenzen ein Setzen von Spannungsunterschieden voraussetzt. Die physische Welt ist also in Wahrheit keine wirkliche Welt, sondern eine *rückwirkliche*, d. h. eine Welt, die erst als Rückwirkung wirklicher, lebendiger Vorgänge ihre Daseinsmöglichkeit erhält.

Wenn die Wissenschaft also diese rückwirkliche Welt als ein in sich Bestehendes ansieht, dessen Gesetze auch auf die andere

Seite des Weltgeschehens übertragen werden können, so verfährt sie im strengsten Sinne hypothetisch, d. h. unter einer künstlichen Vorbedingung, und ihre Ergebnisse gelten nur, solange diese Vorbedingungen gelten bzw. anerkannt werden.

Eine fiktive Wirklichkeit gibt es nicht, in dem Sinn, als ob sie als an sich Gegebenes da wäre, wie es eine Heirat, ein Schachspiel, eine Unterhaltung usw. nicht gibt als ein an sich Gegebenes. Wie diese nur da sind, damit daß sie erlebt werden, so besteht das Dasein der fiktiven Wirklichkeit in nichts als in dem einbildnerischen Akt. Damit sie da ist, muß sie geschaffen werden, und sie unterscheidet sich von den übrigen Erlebnissen nur dadurch, daß sie ein Erleben ohne zugrundeliegende Erfahrung, ein Vorgang ohne zugrundeliegende Tatsachen ist.

Eine hypothetische Wirklichkeit gibt es, aber daß sie rein hypothetisch ist, das erweist sich daraus, daß sie nur aus den einzelnen, aneinander gereihten Abschnitten innerhalb der Fallbewegung besteht. Letzten Endes kann die Wissenschaft nichts als beschreiben. Gleich den Bildern im Stereoskop reiht sie eine Tatsache an die andere und ersetzt das lebendige Band, das die einzelnen Momente verbindet, durch die ständig steigende Kleinheit der aneinander gereihten Abschnitte, gleich einem Polygon, das das Bild eines Kreises nur durch die infinitesimale Kleinheit der einzelnen Geraden erlangt.

Aber Abschnitt bleibt Abschnitt, d. h. ein Totes, und ist die Fiktion des Glaubens ein Vorgang ohne Gegenstände, Erleben ohne Erfahrung, so sind die Hypothesen der Wissenschaft Gegenstand ohne Vorgang, Erfahrungen ohne Erleben, nämlich ohne das Erleben der lebendigen Kraft, die die einzelnen Erfahrungsmomente zusammenschweißt.

Mag also das, was der Glaube bietet, seinen Inhalten nach noch so ideal und erhaben sein; mag das, was die Wissenschaft bietet, seinen Inhalten nach noch so richtig und nützlich sein — für den wirklichen Denker ist das alles von vornherein vergiftet durch den in der Tiefe versteckten Widerspruch, aus dem beide hervorspringen.

Der wirkliche Denker wird den Glauben nicht verspotten, er wird die Wissenschaft nicht verachten; er wird sie beide als Glieder der Wirklichkeit anerkennen und abschätzen, den ersteren als Wirklichkeit im Sonderfall des Fingierens und den letzteren als Wirk-

lichkeit im Sonderfall des Hypothetisierens, und die wirkliche Bedeutung beider wird für ihn nicht mehr in ihren Inhalten bestehen, von denen der gewöhnliche Denker so blind eingenommen wird, sondern in der Tatsache ihres Daseins selber, die sich für ihn, den wirklichen Denker, in der Frage zusammenfaßt: Wie ist es möglich, zu fingieren und zu hypothetisieren und dabei doch wirklich zu bleiben? Wie sind Fiktion und Hypothese möglich? Denn beide sind, recht betrachtet, ein Ueberschreiten der Wirklichkeit sich selber gegenüber, in Form der Fiktion ein Ueberschreiten in die Höhen eines rein Geistig-Metaphysischen, in Form der Hypothese ein Ueberschreiten in die Tiefen eines rein Mechanisch-Physischen.

So formuliert sich unser erstes Ergebnis in der Frage: Wie muß Wirklichkeit ihrem Wesen nach beschaffen sein, um sich selber überschreiten zu können? Daß sie sich selber überschreiten kann, beweist die Tatsache Glaube einerseits, Wissenschaft anderseits; aber die gleiche Tatsache beweist auch, daß sie sich selber in der Form falscher Deutungen überschreitet, deren Falschheit sich durch sich selber beweist in der Form des Widerspruchs in sich.

Für den wirklichen Denker sind damit beide Deutungen der Wirklichkeit, die des Glaubens wie die der Wissenschaft, abgetan, und er tritt an die Wirklichkeit aufs neue mit der Frage heran: Was ist Wirklichkeit?

II.

Der erste Fortschritt ist die Einsicht in die Fehler der beiden andern. Der Glaube kommt zu seinem in sich widerspruchsvollen Ergebnis, weil er aus den beiden Strängen Kraft einerseits, Stoff anderseits nur den ersteren heraushebt und diesen allein zu einer Weltanschauung verarbeiten will, der die andere, die stoffliche Seite, sich fügen soll. Er sagt: Erst Kraft, dann Stoff! als Wertschätzung wie als Zeitbestimmung. Denn für ihn war Kraft zuerst da, und sie ließ den Stoff aus sich hervorgehen, wie es am naivsten und reinsten in den religiösen Schöpfungsgeschichten sich darstellt.

Die Wissenschaft kommt zu ihrem gleichfalls widerspruchsvollen Ergebnis, weil sie von den beiden Strängen Kraft und Stoff nur den letzteren verarbeitet, aus ihm eine Weltanschauung machen will, der die andere Seite sich fügen soll. Sie sagt: Erst Stoff, dann Kraft! als Wertschätzung wie als Zeitbestimmung; denn für die mechanisch-materialistische Weltanschauung ist erst Stoff da, und Kraft ist nur Funktion der Materie.

Der wirkliche, d. h. unvoreingenommene Denker sieht aber ohne weiteres, d. h. nicht auf dem Umweg über ein logisches Verfahren, sondern unmittelbar durch Bestandsaufnahme der Wirklichkeit, daß es Kraft für sich, Stoff für sich gar nicht gibt; es gibt nur die Einheit beider, etwas, das sowohl Kraft wie Stoff ist, und das man danach *Kraftstoff* nennen muß, d. h. Stoff, der nicht Stoff schlechthin, Materie ist, sondern von Kraft verarbeiteter Stoff, Material, das sich als solches durch sich selber beweist in der *Form*.

Nun gibt es aber offenbar zwei verschiedene Arten von Form: erstens Form als fertige Tatsache, d. h. als Ergebnis einer formenden Kraft, wo also Kraft und Stoff in keinem lebendigen, gegenseitigen Abhängigkeitsverhältnis stehen. Ein Stuhl ist eine tote Form, das bloße Ergebnis einer Kraft; und zweitens Form als das Gegen- und Ineinanderwirken von Kraft und Stoff, bei dem beide in einem gegenseitigen Abhängigkeitsverhältnis stehen, dessen Ausdruck eben die Form ist. Kraft an sich, für sich gibt es nicht; Stoff an sich, für sich gibt es nicht, es gibt nur Form, und Form als lebendige Form, d. h. als ein Vorgang des sich Formens ist *Ernährung*.

So habe ich als zweites Ergebnis: Man darf nicht von Wirklichkeit schlechthin sprechen und darin die fiktive Wirklichkeit des Glaubens und die hypothetische der Wissenschaft mit einschließen; denn die erstere ist eine Ueberwirklichkeit, die gar nicht als Gegebenes da ist, sondern nur da ist, wo sie erlebt wird, und solange sie erlebt wird, und die hypothetische Wirklichkeit der Wissenschaft ist eine bloße Rückwirklichkeit, die Sinn und Bedeutung erst aus der Wirklichkeit als deren irgendwann irgendwie erfolgte Rückwirkung erhält. Wirklichkeit ist lebendige Form, und diese ist Ernährung. Somit: Wirklichkeit ist Ernährung, und Ernährung erweist sich als solche durch das Vermögen des sich selber Unterhaltens.

Somit scheidet sich aus der Masse des Daseienden Wirklichkeit aus als ein Ernährungsvorgang; aber nicht im Sinne eines allgemeinen Begriffes; Ernährung ist immer ein individueller Vorgang; essen tut jeder für sich, und Wirklichkeit als Ernährung begreifen, heißt sie als eine im Ernährungsvorgang immer wieder sich selber begreifende, umgrenzende Wirklichkeit begreifen, ebenso wie die Flamme eine im Brennvorgang immer wieder sich selber begreifende, umgrenzende Wirklichkeit ist.

In der Einsicht, daß Wirklichkeit Ernährung ist, wird Weltanschauung ein individueller Wert, etwas, das nicht auf die Welt, sondern auf das Individuum geht, aber nicht derart, daß sie lediglich einen Ausschnitt aus der Welt gibt, sondern daß sie in einem einzigen Vorgang sich prototypisch erlebt. *Einen* Ernährungsvorgang begreifen, heißt die Welt begreifen.

Wirklichkeit als Ernährung begreifen, heißt nicht eine solipsistische, rein subjektivistische Weltanschauung schaffen, in der nichts herrscht als die Eigensucht des Essers, sondern es heißt Wirklichkeit als ein ständiges Sich-Beziehen begreifen, das überhaupt keinen festen Standpunkt hat, weder im subjektiven noch im objektiven Sinne, sondern für das nichts übrig bleibt als dieser Vorgang des Sich-Beziehens von innen nach außen, vom Subjekt zum Objekt hin, ein Subjektiv-Objektives, das durch sein Dasein die Grenze zwischen beiden verwischt, in Frage stellt, aber gleichzeitig als wirklich sich dadurch erweist, daß es zwei Seiten hat, eine subjektive und eine objektive. Wie man bei einem Licht nicht sagen kann: „Hier hört Licht auf und fängt Dunkelheit an", wie man aber wohl sagen kann: „Da ist Licht, da ist Dunkelheit", so kann man bei einem Ernährungsvorgang nicht sagen: „Hier hört Subjekt auf und fängt Objekt an" (denn der Ernährungsvorgang ist ja der ständige Uebergang von einem zum andern), wohl aber kann man sagen: „Das ist Subjekt, das ist Objekt."

Die Kraftlehre des Glaubens ist einseitig, nur auf das Subjekt eingestellt, gleich einem Blatt Papier mit einer Seite; die Stofflehre der Wissenschaft ist einseitig nur auf das Objekt eingestellt, ebenfalls gleich einem Blatt Papier mit einer Seite, und keine Kunst und kein Denken hat aus diesen beiden Blättern mit einer Seite, subjektiv eine Undenkbarkeit, objektiv eine Unmöglichkeit, je ein wirkliches Blatt mit zwei Seiten schaffen können. Alle diese vergeblichen Versuche sind das, was man „das geistige Leben der Menschheit" nennt. Aus zwei toten Hälften läßt sich kein lebendiges Ganzes mehr schaffen. Man muß mit der lebendigen Einheit von Kraft und Stoff, wie die Wirklichkeit sie als Ernährung darbietet, einsetzen. Man darf vor der unerhörten Folgerung, daß Subjekt und Objekt hinfort nur konventionellen, herkömmlichen, keinen wirklichen Wert behalten, nicht zurückschrecken.

Rein erfahrungsgemäß kann man ebensogut mit der Einheit Ernährung, d. h. einem Beziehungsvorgang zwischen Subjekt und Objekt, der für beide nur konventionellen Wert beläßt, einsetzen,

wie mit den festen Gegensätzen Subjekt-Objekt. Es fragt sich nur, ob Ernährung in die Gegensätze Subjekt-Objekt hineinverarbeitet und als deren Sonderfall begriffen werden kann, oder ob umgekehrt die Gegensätze Subjekt-Objekt als Form der Ernährung begriffen werden können. Darüber muß der wirkliche Denker versuchen, unvoreingenommen sich klar zu werden, sich nicht stutzig machen lassen durch die dabei etwa über Bord gehenden konventionellen Werte. Vorläufig läßt sich nur sagen, daß rein arbeitshypothetisch gefaßt der Weg des Begreifens naturgemäßer aus den Gegensätzen in die Einheit als aus der Einheit in die Gegensätze geht.

Jedenfalls geht die Tatsache, daß man in das Bereich der Wirklichkeit getreten ist, daraus hervor, daß alles was Ernährung betrifft, subjektiv wie objektiv betrachtet werden kann. Man ist aus der Einseitigkeit in das Bereich gekommen, in dem das Blatt Papier wie jedes wirkliche Blatt zwei Seiten hat.

Wie gestaltet sich nun der Welt als Ernährungsvorgang gegenüber die Möglichkeit des Begreifens? Was leistet hier die Tatsache des Wissens um die Wirklichkeit? Wie weit ist dieses Wissen dem Ernährungsvorgang gegenüber gewachsen?

So lange man im Wissen nur erfahrungsgemäßes Wissen sieht und im Bewußtsein das Instrument zum Begreifen, sind die Aussichten hier nicht besser als bei der Wissenschaft, vom Glauben zu schweigen, weil er ja mit dem paradoxen Wissen von der Unerwißbarkeit des Lebens schon einsetzt.

Rein erfahrungsgemäß ist da, wo man den Organismus nicht als ein bloßes physisches Gefälle ansieht wie die Wissenschaft, sondern als einen Ernährungsvorgang, die Stellung dem Leben gegenüber eine sehr viel ungünstigere. Da, wo man mit der Idee arbeitet, daß die mechanische Fallkraft in irgend einer Form es ist, die die lebendige Bewegung vollzieht wie bei den physischen Fallvorgängen auch, hat man sich von vornherein auf den Standpunkt gestellt, daß man das Problem der lebendigen Kraft ausgeschaltet hat, und für die Wissenschaft in ihrer mechanisch-materialistischen Form, d. h. soweit sie nach dem physischen Schema des Gefälles arbeitet, ist Kraft nichts anderes als geleistete Arbeit, und die eigentliche Aufgabe solcher Wissenschaft ist lediglich beschreiben und vorausberechnen.

Erkennt man diesen Standpunkt überhaupt an, so ist das, was die Wissenschaft leistet, etwas Vollkommenes und überall anwend-

bar, weil ja Leben, als die Einheit von Kraft und Stoff, bis zu einem gewissen Grade, unter gewissen Umständen den Gesetzen des Falles unterliegt, etwa wie bei einem Menschen, der in Schlaf gefallen ist, die Bewegungen dem Schema des Falles folgen (der Kopf fällt vornüber usw.).

Aber das ist eine Auffassung, die, wie die ganze Auffassung der Wissenschaft, durchaus nur hypothetischen Wert hat und danach bemessen werden muß.

Demgegenüber steht die Wirklichkeitslehre sehr viel ungünstiger da. Sie schaltet das Problem Kraft nicht von vornherein aus, indem sie Kraft durch Fallkraft ersetzt, sondern sie stellt sich die Aufgabe, es zu lösen. Und da zeigt sich, daß das Wissen von der Wirklichkeit dieser Aufgabe ebensowenig gewachsen ist wie der, sie als Kraft und Stoff zu begreifen. Sie ist den beiden andern Versuchen Glaube und Wissenschaft gegenüber nur insofern im Vorteil, als sie nicht von vornherein mit einem Widerspruch in sich arbeitet.

Wie im vorigen gezeigt, schließen Kraft und Wissen von ihr einen Widerspruch in sich ein. Dahingegen ist der Ernährungsvorgang seinem Wesen nach nichts als ein In-Beziehungtreten, und das Wissen von ihm ist somit hier kein Widerspruch zu seinem Gegenstand, freilich auch keine erkenntliche Bereicherung; es bekräftigt nur das, was ohnehin schon da ist.

Aber sobald man versucht, diesen verheißungsvollen Einsatz in Erfahrung umzusetzen, ergibt sich, daß nichts gewonnen ist, obgleich das Problem sich ganz anders gestaltet wie bei Glaube und Wissenschaft. Es geht hier nicht um die Suche nach der Kraft, nicht um die Suche nach dem Stoff, sondern um die Suche nach jener innersten Phase im Verlauf des Ernährungsvorganges, in welcher dieser zu einem reinen Vor-gang, d. h. zur Kraft *wird*.

Ernährung ist nicht Kraft, ist nicht Stoff, sondern Kraftstoff, Tat-Sache, und sie als Ernährung beweisen heißt das Moment erweisen, in dem der Vorgang der Ernährung sich vollzieht, d. h. in dem sie Kraft *wird*. Kraft ist hier kein an sich Gegebenes, Absolutes, sondern wird zum Erlebnis, zur entscheidenden Phase im Ernährungsvorgang.

Wie aber jeder Versuch ergibt, ist es unmöglich, diese Phase dem Bewußtsein zugänglich zu machen, sowohl subjektiv, im eigenen Ich, erlebensgemäß, wie objektiv am andern Ich erfahrungs-

gemäß. Subjektiv am eigenen Ich steht nur eine ganz dünne Schicht „unter Bewußtsein", eine Schicht, die nicht gar tief unter die Haut geht. Sie schließt mit den Ringmuskeln (Sphinkteren), den Aufnahmeorganen im Rachen bzw. Kehlkopf ab und setzt an den Sphinkteren der Ausscheidungsorgane (After, Blase) wieder ein. Dazwischen ist alles dunkles Geheimnis, eine *terra incognita*, in der das Wunder der Ernährung sich vollzieht; denn das was außerhalb der Sphinkteren sich abspielt, das ist gar nicht Ernährung selber, sondern nur Vorbereitung zu ihr einerseits und Ausstoßung der Schlacke nach getaner Arbeit anderseits. Der Vorgang der Ernährung selber ist vom Schleier des Geheimnisses bedeckt. Die Schmiede des Lebens, wo die Nährkraft die Nahrung verschweißt und sie sich angleicht, assimiliert, bleibt dem suchenden Auge verborgen, und der Satz des Dichters bleibt zu recht bestehen:

„Ins Innere der Natur dringt kein erschaffener Geist!"

Aber man beachte von vornherein, daß die Grenzen zwischen erkennbarem und unerkennbarem Teil des Ernährungsvorganges keine durch die Sphinkteren an sich festgelegten sind, sondern wie die Sonne in die Tiefen des Ozeans einmal tiefer, einmal weniger tief dringt, so sind die Grenzen, bis zu welchen der Ernährungsvorgang unter Bewußtsein verläuft, schwankend, auf Grund von Uebung oder auf Grund von Krankheiten wechselnd. Es besteht auch hier, wie beim Ganzen, nicht eine festgelegte starre Form, sondern eine lebendige Formung, die vordringen und sich wieder zurückziehen mag, je nachdem, also gleichfalls eine Tat-Sache, wie der ganze Ernährungsvorgang auch.

Subjektiv, erlebensgemäß ist ein jeder vom Geheimnis seines Daseins als Ernährung ausgeschlossen. Wie die Sonnenstrahlen nicht auf den Grund des Weltmeeres reichen, so reicht das Wissen nicht bis auf den Grund, bis in die Schmiede der lebendigen Werkstatt des Lebens. Ernährung bleibt eine rein mechanische Ernäherung, taucht dann unter in der geheimnisvollen Werkstatt des Lebens, um, gleich der Quelle Arethusa, als fertige Tatsache, als Ergebnis der Ernährung wieder aufzutauchen.

Das gleiche ergibt sich beim objektiven, erfahrungsgemäßen Versuch am andern Individuum. Mag man den Vorgang der Ernährung auch noch so weit in der wissenschaftlichen Betrachtung verfolgen, Ernährung bleibt entweder Ernäherung oder steht da als Ergebnis. Das einzig entscheidende Moment, in dem die Tatsache

Ernährung zum Vorgang Ernährung wird, bleibt dem Erleben wie dem Erfahren verborgen. Anders ausgedrückt: die Einheit Ernährung fügt sich nicht den Gegensätzen Subjekt-Objekt. Setzt man mit den Gegensätzen Subjekt-Objekt ein, so bleibt Ernährung immer nur Vorläufer der Ernährung, d. h. Ernäherung, oder Nachspiel, fertige Tatsache, Ergebnis.

Nun könnte man freilich einwenden: diese ganze Ueberlegung ist überflüssig. Ob Ernährung unter Wissen um sich selber verläuft oder nicht, das macht keinen wesenhaften Unterschied. Ernährung verläuft ebenso gut, ja vielleicht besser ohne Wissen um sich selber wie mit diesem Wissen. Die Tatsache, daß zur Ernährung das Wissen um sie hinzutritt, ändert am Bestande gar nichts. Es ist ein Wissen, das nichts gibt, als was ohnehin schon da ist, und somit eine Art + Null des Bestandes der Wirklichkeit, ein Luxus, den sich die Wirklichkeit leistet, und der wie jeder Luxus dasein und fehlen kann, ohne den Bestand des Ganzen zu gefährden.

In der rein dynamischen Weltanschauung des Glaubens ist Wissen um die Wirklichkeit eine Notwendigkeit; denn auf diesem Wissen beruht ja die Möglichkeit für diese ganze Auffassung. Das gleiche gilt für die rein mechanische Weltanschauung der Wissenschaft; auch für sie gibt die Wirklichkeit keine Berechtigung zu dieser Auffassung. Beide bestehen nur von Gnaden dieses Wissens über die Wirklichkeit.

Aber in der wirklichen Weltanschauung, in der die Wirklichkeit das bleibt, was sie ist: Ernährung, ist das Wissen davon freilich keine Notwendigkeit, die da sein muß, damit die Auffassung Ernährung bestehen kann. Es fragt sich aber: Ist es dann wirklich ein bloßer Luxus, den man jenachdem abstoßen oder behalten kann?

Ich nannte oben Ernährung einen Vorgang, der dadurch gekennzeichnet ist, daß er sich selber unterhält. Aber wie die Erfahrung, ein Umblick in der Welt zeigt, genügt das nicht. Die Flamme unterhält sich auch selber und ist doch kein Ernährungsvorgang, sondern ein Verbrennungsvorgang, sozusagen der Bürger zweier Welten, indem sie zu den toten, unorganischen Vorgängen gehört und doch am Merkmal aller lebendigen Vorgänge, dem Vermögen des sich selber Unterhaltens, teilnimmt.

So ist die Flamme der Fingerzeig, daß zwischen Organischem und Unorganischem, Lebendigem und Totem eine tiefe, innere

Einheit besteht, die ich vorhin schon in der Weise zu zeigen versucht habe, daß ich das Tote, Anorganische als Sonderfall der Wirklichkeit zeigte, Wirklichkeit in der Form der Rückwirklichkeit, d. h. eine Wirklichkeit, bei der Form nicht mehr lebendige Form, Formung ist, sondern feste Form, von einer fremden Kraft als Ergebnis, als ihr Ausdruck zurückgelassen, gleich dem Abdruck eines lebendigen Hufes im Erdreich.

Jetzt tritt zu diesem begrifflichen Beweis der inneren Einheit beider Reiche der wirkliche hinzu von der Flamme; ein sogenannter anorganischer Vorgang, mit dem Vermögen begabt, sich selber zu unterhalten.

Was unterscheidet die Flamme vom wirklichen Leben, dem Ernährungsvorgang?

Die Antwort lautet: das Wissen von ihr! Nicht jeder Ernährungsvorgang verläuft freilich unter Wissen von ihm, aber er ist etwas, bei dem die Anlage dazu vorhanden ist, vorhanden sein muß, wenn sie auch in noch so dumpfer, andeutungsweiser Form sich zeigt.

Daß es sich hier, wie bei der Eigenschaft der Selbsterhaltung nicht um feste, sondern bewegliche Grenzen, d. h. selber wieder um eine Form des Wachstums handelt, das zeigt sich, wenn man die Tatsache Bewußtsein im Bereich des Lebendigen verfolgt, wo sie dann vom Menschen abwärts in den Tieren immer dumpfer wird, bis sie im Pflanzenreich eine Form annimmt, von der man nicht weiß, ob man diese kümmerlichen Regungen, z. B. das Sichdrehen zur Sonne hin, überhaupt noch Bewußtsein in der Anlage nennen darf.

Nicht nur das Moment der Selbsterhaltung, sondern auch das Moment der Selbstbestimmung, wenn auch in der allerunscheinbarsten Form, gehört zum Ernährungsvorgang. Der Ernährungsvorgang hat das Wissen von sich in der Anlage, und diese Anlage entwickelt sich eben je nach der Anlage und nach den äußeren Umständen.

Somit: Daß ein Ernährungsvorgang unter Wissen um sich verläuft, ist weder eine Notwendigkeit noch ein Luxus, sondern eine Anlage, die je nachdem sich entwickeln mag oder nicht; mit andern Worten: es ist eine Form des Wachstums, der Ernährung selber. Das zeigt das physiologische Wachstum, indem im Verlauf desselben Bewußtsein allmählich mit hervorwächst.

Zusammenfassend: Ein Ernährungsvorgang ist ein Vorgang, der erstens das Vermögen hat, sich selber zu unterhalten, und der zweitens die Anlage des Wissens um sich selber hat.

Man wundert sich vielleicht jetzt schon, daß ich nicht hier gleich ein drittes Moment anführe, das jeden Ernährungsvorgang kennzeichnet: das Sexuelle, die Fortpflanzungsfähigkeit. Im folgenden werde ich vielleicht mehr darüber zu sprechen haben, hier nur soviel: das Fortpflanzungsvermögen ist keine Lebensnotwendigkeit, das an dem Leben hängt, etwas, ohne das es nicht dasein kann, sondern tatsächlich ein Ding, das dasein oder fehlen mag, ohne daß das Leben selber dadurch beeinträchtigt wird, also ein Lebens-Luxus. Es gibt sterile Tiere, sterile Frauen, die an ihrer Gesundheit deswegen nicht leiden, und es heißt Leben abstrakt, als Begriff fassen, wenn man es von der Sexualität abhängig macht; denn der Einwurf, daß ohne Geschlechtlichkeit Leben aussterben würde, ist nicht zutreffend. Gewiß gehört das Geschlechtliche dazu, um den Lebensfunken weiterzugeben; aber daß Leben nicht sexuell ist, sondern nur unter Sexualität verlaufen mag, dafür ist der subjektive Beweis, wie oben gesagt, die Tatsache der Sterilität, der objektive Beweis die Fortpflanzung der Einzeller durch Teilung, eine Art der Fortpflanzung, bei der der Begriff des Sexuellen jeden Sinn verliert.

Noch einmal: Leben ist seinem Wesen nach ein Ernährungsvorgang, d. h. ein Vorgang, der sich selber unterhält, und der das Wissen um sich als Anlage hat.

Ich, d. h. jeder wirkliche Denker, trete nunmehr noch einmal an den Lebensvorgang heran, um zu erforschen, was denn nun aus diesem Wissen um sich zu machen ist, wenn es weder ein Instrument zum Erwissen, ein Interpret des Lebens noch ein Lebensluxus ist, sondern eine Form des allgemeinen Wachstums, ein Sonderfall des Wachstums.

Auch hier ergeben sich wie überall in der Wirklichkeit die zwei Seiten, die objektive, erfahrungsgemäße, und die subjektive, erlebensgemäße.

Wo Wissen von der Wirklichkeit nicht Instrument des Erwissens ist, sondern Wachstumsvorgang, handelt es sich nicht mehr darum, es in der herkömmlichen Weise anzuwenden, sondern es in seinen Wachstumsphasen zu beobachten.

Objektiv vollzieht sich dieses Wachstum so, daß das Lebewesen im Mutterleib, als Embryo reine Form ist, wohlverstanden Form

als Formung, als Spannungszustand, als potentielle Ernährung. Alles an mir, dem Lebewesen, ist Form, d. h. potentielle Ernährung. Aus dieser Form bricht im Moment der Geburt das erste Empfindungsmoment hervor im widerwilligen Schrei des Neugeborenen. Das Neugeborene zeigt Form und Empfindung.

Aus beiden entwickelt sich weiter Wahrnehmung. Das junge Kind achtet auf Helles, auf bestimmte Töne; aber es sieht noch nicht, sondern es blickt nur; es hört noch nicht, sondern es lauscht nur. In diesem Stadium besteht Form, Empfindung, Wahrnehmung.

Weiter entwickelt sich aus den bloßen Wahrnehmungen das, was aus dem bloßen Blicken das Sehen, aus dem bloßen Lauschen das Hören macht: die Begriffe. Es sieht ein Licht, es hört eine Uhr ticken usw. In diesem Stadium bestehen Form, Empfindung, Wahrnehmung und Begriffe.

Das die Entwicklung abschließende Stadium ist das reflexive, in dem Wachstum sozusagen gegen sich selber rückläufig wird, und das, was es empfindet, wahrnimmt, begreift, nunmehr auf sich selber zurückbezieht, zurückbeugt (reflektiert), es bewertet, und diese letzte, den Vorgang abschließende Wachstumsphase ist eben das Bewußtsein.

So stellt sich der Wachstumsvorgang der Anlage „Wissen vom Leben" erfahrungsgemäß dar, und es gilt jetzt, den Schritt vom Erfahren zum Erleben zu machen und das, was sich hier erfahrungsgemäß, d. h. als fertige Tatsachen, in fertigen Abschnitten zeigt, bei sich selber zu erleben. Wobei sich dann genau die gleichen Phasen des Wachstums ergeben; wobei sich dann freilich auch gleichzeitig eine Forderung miterhebt, die in der heutigen Welt fremd ist, und die in diesen Darlegungen hier zum erstenmal erhoben wird. Aber ich bin nunmehr an dem Punkt angelangt, wo sie erhoben werden muß. Es ist die Forderung der Verinnerlichung, des Verkehrs mit sich selber.

Im allgemeinen ist der moderne Mensch gewohnt, den Verkehr mit sich selber zu fliehen wie die Pest. Er zieht jeden Plunder heran, um nur nicht in Gefahr zu geraten, je mit sich selber zusammenzustoßen. Man liebt diese Intimität nicht. Konversation, Besuche, Konzerte, Theater, Debatten aller Art, Kino füllen jede Minute aus, die nicht der Berufsarbeit, dem Essen und dem Schlafen gehört, und das letzte Restchen Ruhe, das vielleicht bisher das Schlafzimmer noch geboten hat, das nimmt jetzt das Radio, das über

tausend Dinge im Himmel und auf Erden aufklärt, von denen der Denkende sich ernsthaft fragt: Ist das wirklich alles nötig?

Das was heute nötig ist, das ist sicher nicht Bereicherung an Tatsachen; damit sind wir gemästet bis zum Platzen; was heute nottut, das ist Sammlung, Bestandsaufnahme der Wirklichkeit, und letzten Endes gibt es nur *eine* Wirklichkeit, die ganz zugänglich ist: die, die ein jeder sein eigenes *Ich* nennt.

Der erste Akt der Sammlung ist die Bestandsaufnahme an diesem Ich. Was ergibt sie?

III.

Gegeben ist diese Form hier, das, was man erfahrungsgemäß Persönlichkeit nennt, d. h. dieser potentielle Ernährungszustand. Aus ihm bricht, sobald der Anlaß sich zeigt, d. h. sobald eine Nahrungsmöglichkeit von außen her herantritt, das Wissen in seiner dumpfsten Form hervor, der Empfindung, wie jemand, der im Dunkeln auf einen Gegenstand stößt, eine Empfindung hat. Diese dumpfe Empfindung wird zur Wahrnehmung, man sieht Farben, man hört Töne usw. Diese Wahrnehmung entwickelt sich weiter zu Begriffen. Ich sehe nicht nur Farbe usw., sondern ich sehe einen Baum, eine Frucht, einen Menschen usw., und aus diesen Begriffen entwickelt sich dann als letztes die reflektive Phase, die Phase, in der der Ernährungsvorgang dieses alles auf sich selber bezieht und damit bewertet: das Bewußtsein.

Mit dieser Bestandsaufnahme ist ein großer Fortschritt erreicht: Der Körper und das Wissen von ihm stehen hier nicht mehr als Gegensätze einander gegenüber, wie es notwendig der Fall ist, wenn Wissen Instrument des Erwissens ihm, dem Körper, gegenüber sein soll, sondern beide fallen zusammen unter dem einheitlichen Oberbegriff: Ernährung, Wachstum. Form ist Ernährung, und das Wissen von ihr ist Ernährung, nur mit dem Unterschiede, daß Ich, d. h. der wirkliche Denker, an der Form immer nur fertige Tatsachen beobachten kann; sie ist mir nur erfahrungsgemäß zugänglich als diese ganze Körperlichkeit, als die einzelnen Organe und letztens als die Zelle, während ich an der geistigen Ernährung nicht nur Form schlechthin, sondern Formung, das Sich-Formen, den Vorgang unmittelbar erleben kann.

Vorhin sagte ich: Ernährung ist Kraftstoff, ist Tat-Sache. Jetzt kann ich mit dem gleichen Recht sagen: Ernährung ist Geist-Form. Der Unterschied zwischen Geist und Körper, Seele und Leib,

diese unversöhnlichen Gegensätze, an denen alles geistige Leben krankt, hat aufgehört. Ernährung verschlingt sie beide, sie ist die Einheit von Geist und Körper, von Kraft und Stoff; Geist und Körper, Kraft und Stoff unterscheiden sich hier nur als verschiedene Phasen der Ernährung.

Nun ist das freilich leicht gesagt; aber es ist unschwer einzusehen, daß hiermit eine Umstürzung aller herkömmlichen Denkweise verbunden ist. Soll der Satz: „Geistiges und Körperliches sind nicht grundsätzlich-wesenhaft verschieden, sondern verschieden nur als verschiedene Phasen der Ernährung" mehr sein als ein geistreiches Aperçu, so müssen die gedanklichen Hindernisse weggeräumt werden, die sich ihm entgegenstellen, und diese Hindernisse sind die Tatsachen Subjekt einerseits, Objekt anderseits.

Wie schon vorhin gesagt, läßt eine Wirklichkeitslehre, eine Ernährungslehre die beiden Grundbegriffe alles Denkens, die Begriffe Subjekt und Objekt nicht mehr bestehen. Sobald Wirklichkeit als Ernährung begriffen ist, hat es mit der Herrschaft der beiden Fundamental-Begriffe ein Ende, indem hier Wirklichkeit nichts bleibt als der Uebergangsvorgang zwischen Subjekt und Objekt, und für Subjekt und Objekt keine andere Rolle übrig bleibt als die von Korrelaten der Ernährung: Das Subjekt als Ernährungsvermögen, das Objekt als Ernährungsmöglichkeit, Nahrung, und zwischen beiden keine definitive Grenze.

Die geistkörperliche Einheit Ernährung und die Gegensätze Subjekt-Objekt widersprechen sich, und alles geistige Leben hat hier seinen letzten Kampf auszufechten, indem es sich darüber klar werden muß: Was soll hinfort herrschen?! Die konventionellen Gegensätze Subjekt-Objekt — dann muß Ernährung sich ihm fügen, oder die Einheit Ernährung — dann müssen Subjekt-Objekt in ihrer konventionellen Form sich ihm fügen.

Daß Ernährung objektiv-erfahrungsgemäß sich den Gegensätzen Subjekt-Objekt nicht fügt, habe ich vorhin schon gezeigt. Ernährung bleibt hier immer nur Ernäherung. Es fragt sich: Fügt sich umgekehrt Subjekt-Objekt der Ernährung? Lassen beide sich als Formen der Ernährung begreifen?

Die Objekte fügen sich ohne weiteres, indem in der Wirklichkeit und dementsprechend in der Wirklichkeitslehre es ja gar nicht mehr auf Wissen im herkömmlichen Sinne ankommt, sondern auf Ernährung. Dabei bleibt dann für Objekt nichts übrig als die dem

Ernährungsvermögen entsprechenden Möglichkeiten. Durch das Auge nehme ich die umgebende Außenwelt letzten Endes nur in der Form von Sehbarkeiten auf, als Entsprechung des Sehvermögens, d. h. als eine eventuelle künftige Ernährungsmöglichkeit; durch das Ohr nehme ich sie nur auf als Hörbarkeiten, als Entsprechung des Hörvermögens, das heißt als eine eventuelle künftige Ernährungsmöglichkeit usw.

Auch hier gilt, was bei der Tatsache Selbsterhaltung und Bewußtsein galt: Es handelt sich nicht um eine definitorisch festgelegte Tatsache, sondern um einen Vorgang, dessen Grenzen je nachdem hinausgreifen oder sich zurückziehen mögen. Ernährung ist ein Vermögen. Was dieses Vermögen kann, das läßt sich nicht begrifflich vorher festlegen, berechnen, der Begriff ist ja selber eine Phase dieses Vermögens; sondern das erlebt sich selber im Ernährungsvorgang. Potentiell mag alles Objektive Ernährungsmöglichkeit sein; wie weit diese Ernährungsmöglichkeit am Objektiven sich verwirklichen kann, das erlebt sich erst im Vorgang der Ernährung selber, im Essen.

Das ist die objektive Seite der Welt, von der der wirkliche Denker ohnehin wenig Schwierigkeiten erwarten dürfte, weil sie ja, wie das Beispiel der mechanisch-materialistischen Weltanschauung zeigt, das ist, was sich vergewaltigen läßt, ohne Einspruch zu erheben. Der Einspruch ist erst bei der subjektiven Seite zu erwarten. Es fragt sich: Was sagt das Subjekt dazu, daß es fernerhin nur als Korrelat der Ernährung Daseinsberechtigung behalten soll?!

Was ist denn eigentlich Subjekt? Diese Frage ist schon lange in der Tiefe dieser Darlegung einhergeschlichen wie der Dieb in der Nacht und reckt sich jetzt plötzlich hoch in ihrer alles bedrohenden Furchtbarkeit.

Was ist Subjekt?

Soweit ich mich körperlich-formhaft darstelle, kann ich mich nicht mit Recht Subjekt nennen. Ich bin mir ja in dieser Form selber Objekt, Gegenstand, wie andere Lebewesen auch, nur mit dem Unterschied, daß dieses Objekt für das Lebewesen Ich unentbehrlich und unersetzlich ist, während bei anderen Lebewesen meine Körperform auch durch andere Objekte ersetzt werden kann. Sie ist für diese andern Lebewesen nur ein Objekt unter anderen; für mich ist sie *das* Objekt, ohne das es nicht geht. Was nicht geht? Die Subjekt-Behauptung.

Für mich selber ist meine Persönlichkeit, so weit sie sich mir gegenständlich darstellt, die Einheit von Subjekt-Objekt, von Erleben und Erfahren, Erfahrung als Erlebnis; das Erfahrungsgemäße überwiegt hier, wie aus der Ueberlegung hervorgeht, daß es eine Zeit in jedem Ernährungsvorgang gibt, in der er nur erfahrungsgemäß, nicht aber auch für sich selber erlebensgemäß da ist (Embryo).

Betrachte ich nun die übrigen Konstituentien des Ernährungsvorganges, Empfindung, Wahrnehmung, Begriffe, Bewußtsein, so ergibt sich schon bei oberflächlicher Selbstbesinnung, daß auch diese wieder zerfallen in die drei ersten und in Bewußtsein als eine einzelne Größe, indem wie Körperform so auch Empfindung, Wahrnehmung, Begriffe für das Bewußtsein *als* solche da sind; also für das Bewußtsein gegenständlich sind wie die Körperform auch, nur mit dem Unterschied, daß Empfindung, Wahrnehmung, Begriffe nicht für einen andern auch gegenständlich sein können, weil sie nur erlebensgemäß da sind, Ernährung als Formung, als Erlebnis. Das aber ist kein reines Erlebnis, denn auch sie nehmen ja dem Bewußtsein gegenüber den Untertanenstand des Gegenständlichen ein; sie sind nicht, wie die Körperform, Erfahrung als Erlebnis, sondern Erlebnis als Erfahrung.

Mit dieser Einsicht ist der Ansatz einer aufsteigenden Linie gegeben, die im Bewußtsein als dem Begreifer des ganzen Spieles ihren Abschluß hat. Auf die Frage: Was ist Subjekt? bleibt als letzte Möglichkeit nichts übrig als Bewußtsein. Alles andere, Form, Empfindung, Wahrnehmung, Begriffe, können nicht das echte Subjekt sein, weil sie *als* solche, d. h. dem Bewußtsein gegenüber gegenständlich, objektiv sind.

Somit wäre Bewußtsein das Subjekt? Aber Bewußtsein ist ja für sich selber auch *als* solches da! Ich bin nicht nur bewußt, sondern gleichzeitig damit weiß ich, *daß* ich es bin. Bewußtsein ist gleichfalls nur ein Erlebnis als Erfahrung und unterscheidet sich nur darin von Empfindung, Wahrnehmung, Begriffen, daß diese einer höheren Instanz (Bewußtsein) gegenüber es sind, während hier, in einer Art geistigen Kurzschlusses, alles im Bewußtsein selber sich abspielt.

Hier ist der wirkliche Denker am Dreh- und Wendepunkt angelangt. Hier heißt es entweder begreifen, zu rechter Einsicht kommen oder für immer auf eine wirkliche, einheitliche Weltanschauung verzichten. Hier ist es, wo die Einheit Ernährung und die Gegensätze Subjekt-Objekt ihren letzten Kampf ausfechten. Hier ist es, wo sich entscheiden soll, ob hinfort die Einheit den Gegensätzen sich fügen und so ewig die Disharmonie einer doppelten Weltanschauungsmusik herrschen soll, oder ob die Gegensätze sich der Einheit fügen und die Harmonie der rechten Einsicht herrschen soll.

Was bedeutet das: Bewußtsein ist nicht nur Bewußtsein der Form, der Empfindung, der Wahrnehmung, der Begriffe, sondern es ist auch Bewußtsein seiner selbst? Kurz: Was ist Selbstbewußtsein?

Rein begrifflich betrachtet kann die Tatsache Selbstbewußtsein im Sinne des Glaubens gedeutet werden wie im Sinne der Wissenschaft. Im Sinne des Glaubens bedeutet es: Bewußtsein, das seiner selbst bewußt ist, wird damit sich selber gegenüber transzendent, ein Bewußtsein an sich, Ausdruck eines absoluten Seins an sich, Seele genannt.

Hier wird der Widerspruch in sich, mit dem der Glaube arbeitet, und den ich oben gezeigt habe, akut. Ein absolutes Sein an sich kann nicht in Beziehung zu sich selber treten, indem es allein durch diesen Akt seine Absolutheit zerstören würde. Anders ausgedrückt: Absolutheit und das Wissen von ihr schließen sich aus.

Im Sinne der Wissenschaft bedeutet es: Bewußtsein wird, wie alles andere auch, in irgend einem Sinne gegenständlich, etwas von dem ich etwas weiß; kommt damit auch unter die Masse des Erfahrungsgemäßen zu liegen und muß dementsprechend bewertet und behandelt werden.

Aber auch hier wird der Widerspruch, mit dem die Wissenschaft arbeitet, und den ich vorhin zeigte, akut. Ein rein Erfahrungsgemäß-Objektives kann nur Relationen, Beziehungen auf ein anderes haben, nicht Beziehungen auf sich selber.

Was bedeutet dieses „Bewußtsein ist gleichzeitig Bewußtsein seiner selbst" im Sinne der Wirklichkeit besehen?

Auch hier eröffnet sich, wie überall, der doppelte Strang: der Strang der Erfahrung und der Strang des Erlebens.

Die Erfahrung zeigt, daß Bewußtsein durchaus nicht seiner selbst bewußt *ist*, sondern seiner selbst bewußt *wird*. Es gibt eine Entwickelungsphase (Kind nach den ersten Lebensjahren), in der schon Bewußtsein da ist, in der Bewertungen der Begriffe erfolgen,

aber noch durchaus kein Selbstbewußtsein besteht. Das Kind in diesem Alter redet sich noch nicht mit „Ich" an, sondern mit seinem Vornamen in dritter Person. Selbstbewußtsein ist wie alles andere auch ein Wachstumsvorgang. Und dieses erfahrungsgemäße Ergebnis gilt es nunmehr ins Erleben umzusetzen, wenn je Aussicht bestehen soll, daß der Kampf zwischen den Gegensätzen Subjekt-Objekt und der Einheit Ernährung zu einem wirklichen Abschluß kommen soll. Der wirkliche Denker steht vor dem Moment, in dem Ernährung zum reinen Erlebnis, zum reinen Vor-gang werden soll, und Ich, der wirkliche Denker, werde mir dabei von vornherein bewußt sein, daß dieses Erlebnis sich nicht vollziehen kann, es sei denn um das Opfer des eigenen Ich im Sinne eines Ichs als einer Ich-Identität, für welche da, wo alles, das Selbstbewußtsein mit einbegriffen, als Form der Ernährung begriffen ist, kein Platz, kein Unterstand mehr bleibt. Es wird fortgeschwemmt im alles fortreißenden Strom der Ernährung, hingeschmolzen im alles schmelzenden Feuer dieser letzten Einsicht, in der Ernährung zum Erlebnis wird und damit über das Schicksal des Ich wie über das der ganzen Welt entscheidet.

Ich kann hier den Faden des Beweises nicht weiterführen, nicht, weil er abreißt, sondern weil er in der Form des sich durch sich selber Beweisens, d. h. im gedanklichen Erlebnis, in der Meditation, in der Verinnerung, der Inschau, dem stillen, wachstumgebärenden Ruhenlassen des Denkens sich weiterspinnt.

Hier möge ein jeder für sich selber anknüpfen, wenn es ihm ernsthaft um die Wahrheit zu tun ist.

Es ist ja freilich ein bequemes Ding, Leben zu zerteilen in Essen und Trinken einerseits, in Denken anderseits; man hat doppelte Buchführung und kann sich einrichten; tagsüber Ernährer, Esser, abends bei stiller Lampe Denker. Etwas anderes ist es, wenn es in den unerbittlichen Kampf zwischen Wahrheit und Leben geht, zwischen dem Ich und seinen Ansprüchen an die Wirklichkeit, die letzten Endes nichts ist als durch und durch Wirken, und keine müßigen Zuschauer ihres Wirkens duldet. Bei wem dieser Kampf zwischen der Wirklichkeit und dem Ich, diesem eigensinnigen Pfahl im Fleisch der Wirklichkeit eingesetzt hat, der wird es wohl merken, was gemeint ist. Bei wem er noch nicht eingesetzt hat, der mag aus diesem Wink einen Anreiz nehmen, und bei wem er nicht einsetzen kann, für den spreche ich ohnehin vergebens.

Wie soeben gesagt: Ich kann hier den Faden des Beweises nicht weiterführen, nicht weil er abreißt, sondern weil er in der Meditation sich weiter spinnt. Nur einen indirekten Hinweis will ich hier versuchen zu geben. Diese Wirklichkeitslehre wirft den konventionellen Ichbegriff über den Haufen und verlangt ein Umdenken, bei dem das Ich nicht mehr das bleibt, was es zu sein scheint: eine Ichidentität, ein Wert an sich, ja *der* Wert an sich, der die ganze übrige Welt erst wertvoll macht, sondern eine Phase im Ernährungsvorgang, die sich wie jeder andere Ernährungsvorgang nur da vollzieht, wo seine Vorbedingungen da sind. Wir alle leiden, wenn diese Wirklichkeitslehre recht hat, an einer falschen Ichvorstellung, an einer Art Ichdünkel, der aus dem Ich mehr macht, als es in Wahrheit ist.

Aber wer wird Lust haben, einen derartigen Entwertungsprozeß vorzunehmen, der ihm alles nimmt und nichts gibt?

Ich erwidere: Lust dazu hat niemand; aber der gegen sich selber Ehrliche läßt nicht Behagen, Gewöhnung, konventionelle Lebenswerte entscheiden, sondern die Wirklichkeit. Läßt sich die herkömmliche Vorstellung vom Ich als einer Ichidentität, von der das „Ich bin" gilt, mit den Tatsachen der Wirklichkeit vereinigen? Die Wirklichkeit ist unsere letzte und einzige Instanz, an ihr mißt sich jeder Begriff, auch der Ichbegriff. Jeder Begriff hat ein subjektives Moment in sich; er darf nicht unbesehen hingenommen werden, und daran erkennt man den wirklichen Denker, daß er den Begriff an der Wirklichkeit mißt und nicht umgekehrt die Wirklichkeit an seinen Begriffen und hierbei vor nichts Halt macht, auch nicht vor dem Ichbegriff.

Wäre das Ich das, was es in konventioneller Auffassung zu sein scheint, so wäre es Herr der Persönlichkeit, was in geistig-ethischer Beziehung Willensfreiheit, in physisch-materieller Beziehung Machtvollkommenheit über die körperlichen Vorgänge bedeuten würde.

Das Problem der Willensfreiheit ist eins der heißumstrittensten innerhalb der Geschichte des menschlichen Denkens. Der Dichter singt:

Der Mensch ist frei
Und wär' er in Ketten geboren!

Der Philosoph beweist mit der Exaktheit eines Rechenexempels, daß der Mensch nicht frei ist.

Aber wenn er nicht frei ist, muß er deswegen unfrei sein? Alles

Philosophieren und Theoretisieren hierüber ist nutzlos, ehe man nicht weiß, was der Mensch ist. Erst mit der Einsicht in das Leben als einen Ernährungsvorgang löst sich das Problem. Ist der Ernährungsvorgang frei? Ja er ist frei, aber seine einzige Freiheit ist diese, daß er sich selber bindet im Ernährungsvorgang. Er hat die Freiheit des Sich-Bindens.

Ist das frei? Ist das unfrei? Der Begriff besagt hierüber nichts. Denn diese gebundene Freiheit paßt unter keinen Begriff. Erlebe es sich ein jeder als das, was es ist.

Die gleiche gebundene Freiheit zeigt sich bei den körperlichen Vorgängen. Ich habe bis zu einem gewissen Grade die Machtvollkommenheit über meine Glieder. Ich kann Hände und Füße bewegen, wie ich will, aber ich kann meiner Körperlänge „nicht einen Zoll zusetzen". Ich kann atmen wie ich will, aber ich kann mein Herz nicht schlagen lassen, wie ich will, ausgenommen rückläufig von der Atmung aus. Ich kann essen was ich will, aber ich kann über die Art, wie das Gegessene verarbeitet wird, nichts bestimmen. Auch hier besteht nur die Freiheit des sich selber Bindens. Der Entschluß der Nahrungsaufnahme ist frei, die Verarbeitung der Nahrung erfolgt in der gebundenen Marschroute, in der alle Ernährung verläuft.

Alle diese Tatsachen zeigen, daß der Ernährungsvorgang etwas ist, das über das Ich hinausragt. Am klarsten wird dieses in der eigentümlichen Tatsache Schlaf. Im Schlaf muß das Ich vorübergehend einer stärkeren Macht weichen, gegen die es sich vergebens oder doch sehr unvollkommen im Traum zu wehren sucht. Im Tiefschlaf muß es ganz abtreten, und im Traum mag es sich selber mit anderen Ichs verwechseln. Aus dieser Tatsache wird klar, daß im Ich nicht das Wesen der Persönlichkeit besteht, daß es nicht der Herr ist, der sie bestimmt und leitet, sondern ein Accidens, eine Phase im Ernährungsvorgang, die sich vollzieht, wo ihre Vorbedingungen sich erfüllen. Und der Schlaf mag ja auch wohl die Tatsache sein, an der ein nachdenklicher Geist stutzig wird und sich fragt: „Bin ich das, was ich zu sein scheine?" Und es mag ihn ein Erwachen überkommen, das einzige wahre Erwachen, wenn er erkennt: „Ich bin das nicht, was ich zu sein scheine."

Aus der gleichen Tatsache ergibt sich freilich auch, daß „Ich" nicht eine zweckmäßige Angewöhnung ist, nachträglich vollzogen, wie gewisse Philosophen uns weis machen wollen. Das sind Flausen.

Ich ist kein reines Aposteriori, kein reines Ergebnis der Erfahrung, als welches es in den Rang eines bloßen „Es", wie jedes andere Ding auch hinuntergleiten würde; wir erleben es ja ständig, daß es Vorbedingung der Erfahrungen ist. Es ist aber auch kein reines Apriori aller Erfahrung, als welches es in den Rang eines „Ich an sich" hinaufsteigen würde; wir wissen ja, daß die Persönlichkeit bestehen, leben, arbeiten kann ohne Ich; sondern es ist jenes einzig reine Moment (*movi-mentum*), in dem Erfahrung zum Erlebnis wird, wobei dann das Ich sich selber den Boden unter den Füßen fortzieht und keine Möglichkeit mehr beläßt, weder für ein aprioriisches Ich an sich noch für ein aposteriorisches Ich im Sinne eines Es. Ich ist jene alles entscheidende Phase im Ernährungsvorgang, in der dieser als ein in sich selber Gegensätzliches sich selber das Daseinsrecht bestreitet und damit auf etwas zurückweist, das drohend hinter allem Leben steht: das *Nichtwissen über sich selber!*

Nun wirft man ein: Wenn in einem Ich Ernährung als Erlebnis sich vollzieht, ist dann damit schon rettungslos über das Schicksal der Welt entschieden?! Soll damit schon bewiesen sein, daß das ganze große Weltall nichts ist als eine einzige Ernährungsmasse?

Eine einzige Ernährungsmasse ist es gewißlich nicht. Jeder Ernährungsvorgang trägt in sich die Anlage zum Wissen um sich und damit die Anlage, sich selber zu begreifen und zu umgreifen. Wie ein jeder Ernährungsvorgang nicht ins Ungemessene wächst, sondern in der Form sich selber umgreift, so umgreift er geistig sich selber im Bewußtsein als Ichbegriff.

Ernährung ist stets Sache des Einzelnen, Essen heißt für sich selber essen. Wenn zehn Hühner ein Ei legen, so heißt das nicht, daß jedes ein Zehntelei gelegt hat. Ebenso: Wenn in der zahllosen Masse der einzelnen Ernährungsvorgänge ein Einzelner zur wahren Einsicht gekommen ist, so heißt das nicht, daß es sich hier um das Ergebnis einer universellen Ernährungsmasse handelt, sondern um ein streng individuelles Erlebnis, das aber prototypisch ist für das Ganze, für die ganze Wirklichkeit.

Wie in einem Ernährungsvorgang ein Moment, voll begriffen, erlebt, das Ganze gibt, so gibt ein Ernährungsvorgang, als solcher erlebt, das Prototyp aller Wirklichkeit. In einem Ernährungsvorgang begreifen sich alle andern mit. Sich selber restlos als Ernährungsvorgang begreifen, heißt die ganze Welt als ein Spiel zahlloser einzelner Ernährungsvorgänge begreifen, denen gegenüber für den

wirklichen Denker nur die eine Frage bleibt: Wie ist dann geistiges Leben überhaupt möglich, wenn nichts da ist als Ernährung? Eine Frage, auf die ich versuchen werde zu antworten, so gut ich kann.

Ernähren ist kein Beziehen schlechthin, keine bloße physische Relation, sondern ein auf sich Beziehen, ein Reflexivum; und das Wissen von ihm, das Begreifen ist nicht Begreifen schlechthin im üblichen Sinne des kausalen Denkens, sondern Begreifen im geistkörperlichen Sinne der Ernährung, und Bewußtsein ist der immer wieder neue Halt- und Wendepunkt im Geschäft des Ergreifens, in dem dieses in der Bewertung der Außenwelt zu einem Stillstand in sich kommt. Leben ist kein geistig-dynamischer, kein stofflich-mechanischer, sondern ein *begrifflicher* Vorgang, ein kraftstofflicher, geist-formhafter Vorgang. Kraft ist da, wie sollte sonst Ernährung da sein; aber Kraft ist hier nicht Kraft an sich, ein Absolutes wie im Glauben, sondern nichts als dieser Grenzwert des Ernährungsvorganges, in dem dieser als Bewußtsein sich selber mitbegreift und damit sich selber als Grenzwert erlebt, als Prototyp des Weltganzen. Wohlgemerkt: Im Selbstbewußtsein begreift nicht Bewußtsein sich selber, sondern der Ernährungsvorgang begreift sich selber, tritt zu sich selber in Beziehung.

Damit bildet sich der einzige Ruhepunkt, der im rastlosen Vorgang der Ernährung möglich ist: *der* Begriff, der einzige Ruhepunkt, in dem Geistigkeit sich ergibt. Leben *ist* ein geistiger Vorgang, das Entscheidende an ihm *ist* das Geistige; aber dieses Geistige ist nicht Geistiges an sich, sondern die Atempause im rastlosen Geschäft des ernährerischen Begreifens; wenn das geistkörperliche Begreifen, müde vom Begreifen, ein wenig Umschau hält. Und das entscheidende Moment beim Ernährungsvorgang ist dieses geistige Moment, weil es von ihm zu weiterem Begreifen sowohl wie zu Nichtmehr-Begreifen, zu neuen Sättigungsversuchen wie zum Ueberdrüssigwerden an allen Begreifversuchen gehen kann.

Bei gewöhnlicher Umschau wird dieses geistige Moment zu dem benutzt, wozu es immer benutzt worden ist, nämlich zum Frondienst der Ernährung; es mag aber Menschen geben, bei denen es der wahren Geistigkeit, dem Stutzigwerden an allem weiteren Begreifen, geistigen wie körperlichen, ideellen wie materiellen, dient.

Noch einmal: Geistigkeit ist da, aber sie ist es nicht an sich, sondern als Sonderfall der Ernährung, Grenzwert der Ernährung,

und danach sind die Ergebnisse dieser Geistigkeit, Geistiges Leben genannt, zu bemessen: mit dem Makel des Widerspruchs in sich behaftet und letzten Endes nichts als der immer wieder dargebotene Anreiz zu neuen geist-körperlichen Ernährungsvorgängen. Es ist der Punkt, in dem die Wirklichkeit sich dem wirklichen Denker entpuppt, wo sie ihre Heimtücke offenbart, der Punkt, an dem es offenbar wird, daß Leben und Wahrheit nicht miteinander vereinbar sind. Und dieser Punkt heißt: *der Begriff*.

Der Begriff ist der Punkt, wo die Wirklichkeit ihr wahres Wesen, das des Widerspruchs, zeigt, wo sie Wahrheit lügt, indem sie die Wahrheit zeigt, aber in Form der Lüge, wo sie die Wahrheit zeigt, indem sie sie verhüllt, sie verhüllt, indem sie sie zeigt. Der Begriff, in Wahrheit das, in dem Ernährung sich selber begreift im Wissen um sich selber, der In-Begriff der Ernährung, diese bloße Atempause im Fressen, aus der es in jedem Augenblick zu neuem Fressen gehen mag — ich sage: der Begriff brüstet sich als der Ursprung einer reinen Geistigkeit.

Geistiges Leben ist da, Glaube und Wissenschaft beweisen es! Ich kann kausal denken, ich kann denken, ohne mich mit den Dingen, über die ich denke, zu mischen, ich kann begreifen, ich bin ein begriffliches Lebewesen; aber wie mein Denken, mein Begriffsvermögen, meine Begriffe nichts sind als ein Sonderfall des ernährerischen Begreifens, Ergreifens, so ist auch das ganze geistige Bereich, das ich mit diesem Begriffsvermögen schaffe, letzten Endes nichts als ein Sonderfall des nährerischen Begreifens, etwas, aus dem es, wenn man es nur lange genug verfolgt, immer wieder in den reinen Ernährungsvorgang übergeht. Geistiges Begreifen läßt sich auf Ernährung zurückführen, indem beide Formen des Begreifens sind, nicht aber läßt sich Ernährung auf geistiges Begreifen zurückführen.

Das geistige Leben in all seinen zahllosen Formen besagt letzten Endes nichts, als daß im Ernährungsvorgang Pausen eintreten, Zeiten der Sattheit, die im Sinne des Geistigen ausgenutzt werden können; denn als restloser Ernährungsvorgang bin ich ein *begriffliches* Lebewesen, d. h. ein Lebewesen, bei dem die Greifkraft ebensowohl im geistigen Sinne des Begreifens wie im körperlichen Sinne des Ergreifens sich betätigen mag. Und die Lebewesen, ihrem Wesen nach alle bis herunter zum niedersten von der gleichen Anlage, unterscheiden sich nur danach, wie weit Ernährung aus

dem rein nährerischen Be-greifen, dem Ergreifen, zu einem Begreifen im geistigen Sinne sich entwickelt hat.

Woher hat dann aber der Ernährungsvorgang sein Begriffsvermögen, wenn er nicht Kraft an sich ist, mit dem Vermögen des Begreifens begabt?

Damit wirft sich die Frage nach den Vorbedingungen des Ernährungsvorgangs auf.

Welches sind die Vorbedingungen des Ernährungsvorganges?

Auch hier, wie überall, zeigt sich der gründliche Unterschied zwischen den Auffassungen des Glaubens einerseits, der Wissenschaft anderseits und der Wirklichkeitslehre. Kraft, d. h. der Glaubensgegenstand, ist sich selber Vorbedingung, ist selbstherrlich, hat seine Vorbedingungen ganz in sich selber; stofflich-mechanisches Geschehen, d. h. der Gegenstand der Wissenschaft, hat seine Vorbedingungen ganz außerhalb seiner. Wasser, rein wissenschaftlich betrachtet, hat seine Vorbedingungen in Wasserstoff und Sauerstoff. Ernährung hat ihre Vorbedingungen teils außerhalb ihrer als Nahrung, teils innerhalb als Anlage, als Vermögen zur Ernährung, als Begreifkraft, das Wort in seinem geist-körperlichen Doppelsinn genommen.

Ernährung spielt sich in drei Formen ab: erstens der grob-stofflichen als Aufnahme von Speise und Trank (Be-greifen als ernährerisches Begreifen, Essen); zweitens der luftartigen als Atmung; drittens der geistigen als Aufnahme und Verarbeitung von Sinneseindrücken.

Von diesen steht die luftartige Ernährung nicht nur räumlich, sondern auch dem Sinn nach in der Mitte, so daß man zweifelhaft sein kann, wohin sie gehört: ins Stoffliche oder Geistige? Sie ist ein Mittelwert zwischen beiden, wie das Wort zeigt, das geistige Nahrung ist, aber an den Stoff „Luft" gebunden.

Dementsprechend ist die Atmung die allgemeinste Form der Ernährung, die in der Stufenfolge der Lebewesen die wenigsten Schwankungen zeigt. Unter Atmung in irgend einer Form verlaufen alle Lebensvorgänge, wie sie freilich auch unter stofflicher Nahrungsaufnahme und unter geistiger Nahrungsaufnahme verlaufen; aber auf diesen beiden Gebieten sind die Schwankungen innerhalb der Reihe der Lebewesen sehr viel größer als in der Atmungsnahrung. Praktisch läßt sich das in dem Satz ausdrücken: Atmung ohne Herz gibt es, Atmung ohne Hirn gibt es, wie z. B.

die treibende Knospe es zeigt, aber Herz ohne Atmung, Hirn ohne Atmung gibt es nicht.

Ich habe im obigen dargelegt, daß Ernährung als Aufnahme von Nahrung, sei es Speise und Trank, sei es Atemluft, nur Ernäherung bleibt, ein erfahrungsgemäßer Vorgang, bei dem man die Vorbedingungen verfolgen kann und nachher nur die fertigen Tatsachen. Das Moment, in dem Ernäherung zur Ernährung wird, das fällt aus. Dieses Moment ist nicht erfahrungsgemäß, d. h. als Gegenstand des Bewußtseins darzustellen, dieses Moment läßt sich nur erleben, da, wo Ernährung die geistige Form des Wissens um sich, des Bewußtseins annimmt.

Dieses Ich, dieser Kraftstoff, diese Geistform, diese empirische Persönlichkeit, oder wie man es sonst nennen mag, stellt eine Anlage, ein Greifvermögen dar, das nicht Kraft an sich ist, — dann brauchte es keine Nahrung — sondern ein Vermögen, das aus der Nahrung immer wieder bekräftigt werden muß.

Ernährung braucht nicht unterhalten zu *werden* gleich einem physischen Prozeß, sie ist das Vermögen, die Wirklichkeit selber, *die* Tat-sache, aber Ernährung kann auch nicht *selbstherrlich* sich selber unterhalten gleich einer metaphysischen Kraft; Ernährung unterhält sich durch das Nährende, durch die Nahrung. Ernährung hat seinen zureichenden Grund nicht ganz außerhalb ihrer, gleich einem stofflichen Gefälle, sie hat ihn nicht ganz innerhalb ihrer als Kraft an sich; sie hat ihn innerhalb als Anlage, als Vermögen; aber diese Anlage reicht für sich als zureichender Grund nicht zu; sie ist abhängig von beständiger Nahrungszufuhr, und diese Abhängigkeit erlebt sich da, wo der Ernährungsvorgang sich im Geistigen abspielt, als Bewußtsein.

Jeder Ernährungsvorgang hat zwei Richtungen: die gegen die Außenwelt, der Ausfall gegen die Außenwelt, eine Art Angriffsbewegung, und die Rückbewegung gegen sich selber als eine Bewegung der Beute.

Wie die Biene am Morgen auszieht und zum Abend mit Blütenstaub beladen heimkehrt, so macht dieser Körper hier mit seiner Sechssinnenheit seinen Ausfall gegen die Außenwelt in Form der geistigen Berührungen, wie sie in den Sinnen sich vollziehen. Es kommen Empfindungen, es kommen Wahrnehmungen, es kommen Begriffsbildungen zustande, und im neuen Bewußtsein von all diesem vollzieht sich die Bewertung, die Rückbeziehung auf

mich, die Persönlichkeit selber. Diese Rückbeziehung, das ist Ernährung als Erlebnis, die innere Bewegung, Erregung, die Affekte im leidigen wie im freudigen Sinne, eben die Ernährungsbewegung als Erlebnis, vorausgesetzt, daß es sich nicht bei dem Bewußtseinsakt um einen Vorgang der Indifferenz handelt, d. h. um einen Vorgang, der im Sinne der Ernährung nicht zu verwerten ist, infolge dessen es dann zu keiner Ernährungsbewegung kommt.

Ernährungsbewegung, wie ich sie im Affekt erlebe, ist die einzig wirkliche Bewegung, Ernährung als Erlebnis. Die mechanische Bewegung, der Fall, ist nur hypothetische Bewegung, indem sie wirkliche Bewegung, Ernährungsbewegung, irgendwann, irgendwie zur Vorbedingung hat. Es kann nichts fallen, was nicht gehoben ist. Die selbstherrliche Bewegung der Kraft ist Fiktion, etwa dem Sprung in die Luft vergleichbar, der Sinn hat nur als Sonderfall eines Ernährungsvorganges.

Hat sich ein derartiger Ernährungsvorgang vollzogen, so nimmt damit der ganze Ernährungsvorgang einen neuen Wert an. Da, wo das Ich als etwas begriffen ist, das restlos in der Ernährung aufgeht, da werde ich (das, was man nunmehr noch konventionell so nennt) mit einem jeden Bewußtseinsakt, mit jedem neuen Akt der Bewertung und ihren etwaigen Ergebnissen, ihrer Bewegung, Erregung, Erschütterung, ein neuer Wert, ebenso wie mit jedem Atemzug, mit jeder Aufnahme von Speise und Trank am Bestand des Kraftstoffes, der Geistform Aenderungen sich vollziehen.

Man wirft ein: Es besteht doch ein *Charakter*, eine moralische Konstante im Spiel der Veränderungen, und das gibt mir ein unerschütterliches Bewußtsein eines Seins als Subjekt, an dem die Tatsache Ernährung mir nichts ändern kann.

Ich antworte: Einen Charakter gibt es, aber auch er ist nichts als eine Form der Ernährung, die Anlage in immer wieder neuer Betätigung, und diese scheinbare Gleichheit liegt nicht in der Konstanz der Anlage, die dadurch freilich zu einer Kraft an sich werden würde, sondern in der Konstanz der geistigen Nahrungsgebiete, in diesem Falle der Sitten, Gebräuche, Gewohnheiten, d. h. sie liegt begründet in der Beschaffenheit einer Wirklichkeit, die in ihren Betätigungen mehr und mehr mechanisiert ist, zu festen Formen erstarrt ist. Ich werde auf die Tatsache Gewohnheiten später zurückkommen.

Das Tier hat keinen Charakter, der sogenannte Wilde auch nicht,

weil beide nicht die Kunst der Verbegrifflichung haben, d. h. die Kunst, lebendige Formungen in die toten Formen von Sitten und Gebräuchen zu pressen. Der Begriff, das Proton pseudos verrät sich hier an der Arbeit im Dienste seiner, des Lebens selber, indem er selber die Konstanz der Vorbedingungen schafft, die dann wieder rückbezüglich jene scheinbare Konstanz des Begreifens schafft, die einen Charakter vortäuscht. Er ist der Trick, in dem der Begriff sich vor sich selber Garantien schafft.

Wirklichkeit ist Wirken; Wirken ist weder Kraft, die das Wirken erst aus sich hervorgehen läßt, noch Stoff, der bewirkt wird, sondern Wirken selber, das unmittelbar Gegebene, eben Wirken, und dieses unmittelbar gegebene Wirken ist, erfahrungsgemäß wie erlebensgemäß, Ernährung, und nichts ist nötig als die Unvoreingenommenheit, es als solches zu nehmen, und Unvoreingenommenheit heißt hier nichts als Lockerheit gegenüber dem Ichbegriff.

Damit wird alle Wirklichkeit in jedem einzelnen Ernährungsvorgang zu etwas, das seine innere Vorbedingung in einer Anlage, einem Vermögen hat, das durch die äußere Vorbedingung, die Nahrung, immer wieder bekräftigt wird und mit jedem Bekräftigungsakt einen neuen Wert annimmt, den ich bei der stofflichen und luftförmigen Ernährung nur erfahren kann in der Art, wie ich beim Stundenzeiger den Gang erfahre: aus der Tatsache der vollzogenen Veränderung, den ich aber bei der geistigen Ernährung, beim Bewußtsein unmittelbar als Ernährungsbewegung erlebe. Jeder neue Ernährungsakt ergibt eine neue Ernährungsbewegung, jede neue Ernährungsbewegung ergibt einen neuen Wert des Ernährungsvermögens, der Anlage und damit eine veränderte Ernährungsmöglichkeit, indem eine veränderte Anlage auf veränderte Ernährungsbedingungen sich einstellen wird, mag diese Veränderung beiderseits auch noch so infinitesimal sein. In keinem Moment ist das *Ich* eine Konstante; dieser Wahn muß aufhören. Es ist aber auch keine Konstant-Veränderliche, gleich einer Fallbewegung, sondern es ist die Eigensinnigkeit des Ernährungsvorganges, der in den Unterbrechungen arbeitet, die der grimmige Musaget des ganzen Spiels, der Hunger, ihm erlaubt. Mit neuer Nahrungsaufnahme formt sich die Anlage, denn der Akt der Nahrungsaufnahme erlebt sich ja an ihr, der Anlage, in Form der körperlichen oder geistigen Assimilation, Angleichung; mit jeder neuen Anlage formt sich die Möglichkeit für neue Art der Nah-

rungsaufnahme; denn die Appetite richten sich nach der Anlage. Es gibt gemeine Appetite mit gemeinen Nahrungsmöglichkeiten, und es gibt feinere Appetite mit feineren Nahrungsmöglichkeiten.

Zwischen Esser und Nahrung besteht ein Geschäft auf Gegenseitigkeit, das trotzdem kein toter Mechanismus eines Perpetuum mobile ist, sondern in dem die Anlage das Gegebene ist. Es ist wie beim schlafenden Kind in der Wiege, das im Schlaf lächelt, ohne einen Inhalt für sein Lächeln zu haben. Die Anlage ist da, und erst im Erleben füllt sie sich mit Inhalt, den einzelnen Ernährungsakten.

Auf die Frage: Woher hat der Ernährungsvorgang sein Ernährungsvermögen, die Anlage? antworte ich: Er *hat* es nirgends her. Er *ist* Ernährungsvermögen selber. Wirklichkeit braucht sich nicht erst aus der Logik ihre Daseinsberechtigung zu holen. Es *ist* ein Gegebenes da, es *ist* nicht Nichts da, und es kann dem wirklichen Denker nicht mehr darauf ankommen, über den zureichenden Grund, die Vorbedingung dieses Etwas zu spekulieren, sondern das daraus zu machen, was zu machen ist.

Jeder Versuch, Wirklichkeit von ihren Vorbedingungen aus zu begreifen, wird immer nur ein fiktives Verfahren sein können, weil der Standpunkt fehlt, von dem aus ein Verfahren eröffnet werden kann und somit jedes Verfahren, mag es beschaffen sein wie es will, von vornherein zu einem Sich-Verfahren macht. Mit jedem Versuch, die Wirklichkeit von ihren Vorbedingungen aus zu begreifen, würde man nichts tun, als neue Wirklichkeiten (in fiktiver Form) aufzuwerfen, und jeder derartige Versuch würde dem Versuch des Schiffes gleichen, über seine eigene Bugwelle hinauszufahren, wobei nichts erreicht wird, als das Aufwerfen immer neuer Bugwellen. Daß dieses Verfahren sich Glaube oder Wissenschaft oder Philosophie nennt, also sich selber erhabene Titel beilegt, das ändert nichts an der Tatsache.

Der Ernährungsvorgang *ist* Anlage selber, aber bei einem Ernährungsvorgang bleibt für Anlage eben nichts übrig als das Ernährungsvermögen den Nahrungsmöglichkeiten gegenüber und die damit immer wieder neu sich ergebende Möglichkeit einer Richtungsänderung. Es gibt hier keine selbstherrliche Kraft, die das Spiel nach Gefallen richtet, sondern die Kraft, die hier als richtunggebendes Moment wirkt, die hier richtet, ist so beschaffen, daß sie im Richten *sich selber mitrichtet*. Es gibt hier nur *eine* Richtungs-

möglichkeit, den Ernährungsvorgang in seiner geistig-körperlichen Form, und für jeden derartigen Akt des Richtungnehmens zeichnet die Richtkraft verantwortlich, indem sie mit jedem derartigen Akt sich selber mit richtet und ihren Wert und Gehalt verändert, gleichgültig dagegen, wie unendlich klein die einzelnen Richtungsmomente sein mögen.

Wie der Ernährungsvorgang als Bewußtsein, damit, daß er begreift, sich selber mit begreift, so geschieht es, daß er als Richtkraft, damit daß er richtet, sich selber mitrichtet.

Kraft im Sinne des Glaubens, als Kraft an sich, kenne ich nicht, ausgenommen fiktiv; Kraft im Sinne der Wissenschaft als geleistete Arbeit kenne ich nicht, ausgenommen hypothetisch. Ich kenne nur Kraft als Nährkraft, d. h. als Kraft, die nur da wirkt, wo sie die dazu nötige Nahrung aufnimmt und dabei sich selber bekräftigt.

Kraft, die durch die Nahrung sich selber bekräftigt, wird ein zeitlicher Vorgang. Das Moment der Zeit, das weder in der absoluten Kraft des Glaubens, noch in der relativen Kraft der Wissenschaft Platz hat, als wie oben gezeigt, Blättern mit je einer Seite entsprechend, das hält hier seinen Einzug als Kronzeuge dafür, daß es sich um wirkliche Kraft handelt. So rollt der Ernährungsvorgang wenn er im Jetzt festgehalten, auf seine Ansprüche hin festgenagelt wird, in eine Vergangenheit zurück, in der jedes frühere Moment seine Vorbedingung im vorigen hat, das wieder im vorigen usw. rückwärts in eine Reihe, über deren Anfang wir ebensowenig etwas sagen können wie über den Anfang der Welt überhaupt.

Trotzdem unterscheidet sich diese Anfangslosigkeit von der absoluten Anfangslosigkeit des Glaubens und der relativen Anfangslosigkeit der Wissenschaft darin, daß sie weder absolut noch relativ ist, sondern reflexiv lediglich auf sich selber bezüglich, eine Anfangslosigkeit des Begreifens, des Greifens, Ernährens, die trotz ihrer Anfangslosigkeit die neue, bisher unerhörte Eigenschaft in sich trägt, daß jedes Moment den ernährerischen Wert der ganzen anfangslosen Kette in sich trägt, und daß somit diese anfangslose Kette, obgleich man diesen Anfang nicht begreifen kann, doch von jedem Moment aus zu beeinflussen ist. Wie Leben entstanden ist, wie es je zu Leben hat kommen können, das weiß ich nicht; wie es aber zu beeinflussen ist, das weiß ich, und das scheint mir das Wichtigere in jeder Hinsicht. Geht der wirkliche Denker nun aber von diesem gegenwärtigen Moment rückwärts, Moment für

Moment, Schritt für Schritt, vom Mann zum Jüngling, vom Jüngling zum Knaben, vom Knaben zum Kind, so kommt er gar bald an einen Punkt, wo diese ganze Darlegung haltlos in sich zusammenzubrechen droht. Das ist die Tatsache der Konzeption, der Entstehung des neuen Lebewesens aus mütterlicher Ei- und väterlicher Samenzelle.

Ich weiß wohl, daß nur ein Teil der Wesen, ein *sehr* kleiner Teil, sich auf diese Weise fortpflanzt, aber ich, der wirkliche Denker, gehöre gerade zu diesem kleinen Teil, und daher muß ich gerade für diese Tatsache aufkommen, soll meine Darlegung mehr sein als eine geistreiche Hypothese.

Bei dieser Darlegung kommt mir das Sprichwort in den Sinn: Wer A gesagt hat, muß auch B sagen, bis zu Ende, und ein erstes gleitendes Sandkorn mag eine Lawine ins Rollen bringen. Ich stehe unversehens vor der unfaßbaren Aufgabe, Leben über dieses Leben hinaus zu verfolgen, und hier entpuppt sich die ganze unerhörte Schwierigkeit dieser Wirklichkeitslehre.

IV.

Weder für den Glauben wie für die Wissenschaft hat es je Schwierigkeit gehabt, Leben über sich selber hinaus zu verfolgen. Im ersteren Falle geht es geradenwegs zu Gott, dem Sein an sich, wo allem Schein ein Ende gemacht wird, im letzteren Falle geht es am Leitseil des elterlichen Zeugungsmaterials in die Vorgeneration, aus dieser in die entsprechende Vorgeneration, und wenn hier der Fall sich auch in verwirrender Weise, wie man sagt, in geometrischer Progression, vervielfältigt, so hat man doch immer etwas in der Hand, man hat den Boden der Erfahrungen unter den Füßen, ja einen Boden, der lawinenartig anschwillt, und man ist zufrieden.

Aber hier, in der Wirklichkeitslehre, wo Leben restlos Ernährung geworden ist, wohin führt da die Linie?

Der Wissenschafter sagt: „Natürlich in die Linie der Eltern, denn die Kinder erben ja doch von ihnen die Anlage." Das ist richtig. Die Kinder sind ihren Eltern ähnlich in Form wie Benehmen.

„Vom Vater hab' ich die Statur, des Lebens ernstes Führen,
Vom Mütterchen die Frohnatur, die Lust zu fabulieren."

Gewiß stammen die Kinder von den Eltern ab, aber es könnte ja sein, daß sie von ihnen abstammen wie die Flamme vom Holz oder vom Kohlenlager. Gewiß kann man die Flamme, so aufgefaßt,

aus einer erfahrungsgemäßen Position in die andere verfolgen, aber man verfolgt dabei nicht die Flamme, sondern ihr Material. Und so könnte es sein, daß man in der Vererbungslinie der Wissenschaft nicht das Leben, sondern nur das Lebensmaterial verfolgt.

Daß menschliches und zum großen Teil tierisches Leben ohne Ei- und Samenzelle nicht möglich sind, das ist unerschütterlicher Erfahrungssatz; aber diese Unerläßlichkeit beider für das Leben besagt noch nicht, daß sie Leben selber sind. Für die Flamme ist ja der Brennstoff auch unerläßlich, und doch ist er nicht die Flamme, sondern das, an dem die Flamme sich verwirklicht. Hat die wissenschaftliche Vererbungslehre recht, so hat die hier von mir dargelegte Wirklichkeitslehre unrecht; soll diese Wirklichkeitslehre recht haben, so hat die wissenschaftliche Vererbungslehre nicht geradezu unrecht, aber sie hat nur hypothetischen Wert, indem Ei- und Samenzelle dann nicht Leben selber sind, sondern nur das spezifische Material für neues Leben, und zu ihnen muß Leben erst hinzutreten, wie der Zündfunke zum Brennstoff, um eine neue Lebensflamme zu entzünden.

Hätte die wissenschaftliche Vererbungslehre recht, so kämen die Vorbedingungen des Lebens, d.h. des Individuums, des Ich, gänzlich außerhalb seiner zu liegen, wie es auch bei jedem physikalischen Vorgang der Fall ist. Damit würden sie, die Vorbedingungen, freilich auch gänzlich ins Erfahrungsgemäße zu liegen kommen, und Leben würde sozusagen „mit Haut und Haar" Gegenstand der Wissenschaft werden. Aber Leben kann eben nicht mit „Haut und Haar" Gegenstand der Wissenschaft werden, sondern nur, soweit es erfahrungsmäßig sich darstellt. Nicht das Leben ist Gegenstand der Wissenschaft, sondern die Lebenserscheinungen.

Nun wirft man ein: „Die Lebenserscheinungen begreifen Leben mit, und ebenso begreifen Ei- und Samenzelle das Leben mit." Aber Leben ist in jedem Fall ein Einheitliches, als welches es sich ja im Bewußtsein unmittelbar erlebt; es ist ein Ernährungsvermögen, das in ständigem Angleichungskampf mit seinen Ernährungsmöglichkeiten liegt. Wären Ei- und Samenzelle das Leben selber, so wäre Leben nicht das Einheitliche, als welches es sich selber erlebt, sondern ein unendlich Zusammengesetztes, indem hinter dem von den Eltern eines bestimmten Lebewesens gelieferten Zeugungsmaterial die anfangslose Reihe der Voreltern mit all den entsprechenden Gabelungen stehen würde.

Schließlich ist der erste Satz aller Wirklichkeitslehre dieser: Was ist, kann nie nicht dagewesen sein! Ich bin aber! Das ist die Tatsache, die Vorbedingung jedes Versuchs ist, die Wirklichkeit zu begreifen. Bin ich, so kann ich nie nicht gewesen sein. Wäre ich aber restlos aus dem Zeugungsmaterial meiner Eltern entstanden, so wäre ich vorher nicht dagewesen und mit dem Geschlechtsakt der Eltern erst entstanden als ein Sprößling der Lust und ihrer Zufälligkeiten. Das unergründlich Schicksalhafte meines Lebens wäre dahin; die Verantwortlichkeit mir selber gegenüber, die ich doch in jedem Augenblick als „Gewissen" fühle, wäre dahin. Woher sollte denn auch eine Verantwortlichkeit mir selber gegenüber kommen, wenn ich nichts wäre als stofflich ein Produkt aus Ei- und Samenzelle und geistig ein Produkt der Lust zweier anderer Wesen?

Ich erlebe mich als ein Wesen, das sich durchaus gegen den, ihm von der Wissenschaft zugeschriebenen erfahrungsgemäßen Ursprung außerhalb seiner wehrt. Das Gewissen, das Gewisseste an mir wehrt sich dagegen. Aber man mache sich die Mühe, die Vererbungslehre der Wissenschaft in ihren letzten Folgerungen auszudenken, und man wird unschwer einsehen, daß sie zwar nicht falsch, aber nur hypothetischer Natur ist.

Wenn ich nichts bin als das bloße Produkt meiner Eltern, so sind diese ihrerseits auch das Produkt ihrer Eltern, die wieder ihren Eltern gegenüber Produkt sind usw. in eine unendliche Reihe, die schließlich alles Leben zum Produkt, zu einer bloßen Rückwirkung macht. Aber zu einer Rückwirkung wessen? Ein Produkt verlangt einen Produzenten, einen Schöpfer. Wer dieser ist, darauf antwortet die Wissenschaft nicht, und so erweist sich ihre ganze Vererbungslehre als eine reine Hypothese, die Wert und Bestandsmöglichkeit nur hat, solange man auf diese letzte Frage verzichtet.

Wenn anderseits der Glaube unter der Wucht des Erlebnisses der eigenen, selbstverantwortlichen Persönlichkeit sagt: „Der Mensch ist kein Produkt des Zufalls, sondern die Eltern liefern nur das grobe Kleid; das Einheitlich-Geistige, das was ihn zur Persönlichkeit macht, stammt von Gott", so ist das für den wirklichen Denker ein fiktives Verfahren, dem er sich nicht fügen kann. Also was ist hier die wirkliche Einsicht, und woher kann sie stammen, wenn sie weder aus der Erfahrung noch aus dem Glauben stammen kann?

Auf diese Frage kann ich hier nicht eingehen, weil sie zu weit ab führen würde; ich muß mich darauf beschränken, in kurzen Zügen die Lehre darzustellen, die dem Leben als einer Lebenseinheit und gleichzeitig der erfahrungsgemäßen Tatsache der Abstammung aus Ei- und Samenzelle gerecht wird. Diese Lehre stammt freilich aus einem Bereich des geistigen Lebens der Menschheit, das dem Wissenschafter auch nicht die leiseste Beziehung mit seinem Gebiet zu haben scheint, in Wahrheit handelt es sich aber um eine Wirklichkeitslehre, die ihre Daseinsberechtigung und Anwendbarkeit in sich selber trägt und überallhin mitnimmt, wo sie angewandt wird.

Diese Wirklichkeitslehre ist, wenn auch nicht ihrem wahren Wesen und Inhalt nach, so doch ihrem Namen nach weithin bekannt als *Buddhismus*. Die ganze im vorigen gegebene Darstellung vom Leben als einem restlosen Ernährungsvorgang ist nichts als eine Darstellung des Wesenhaften am Buddhismus. Der Buddha nennt Leben einen restlosen Greifevorgang, auf welch letzteres ja Ernährung hinausläuft, und mit einer unerhörten Kraft des Erlebens verwirklicht er den Gedanken der Ernährung auch da, wo er im Moment der Konzeption sich zu verflüchtigen und im flach Erfahrungsgemäßen sich zu manifestieren droht.

Ich stehe damit vor der Buddhistischen Lehre der Wiedergeburt. Ich unterschätze das Wagnis nicht, das ich damit begehe, daß ich derartiges in eine wissenschaftliche Abhandlung einführe, aber schließlich kann über die Berechtigung einer Lehre doch nur ihr Wirklichkeitsgehalt entscheiden, und über den mag der unvoreingenommene Denker selber urteilen.

Die Buddhistische Lehre von den Wiedergeburten besagt, daß der Mensch seinem Wesen nach nicht von den Eltern abstammt, auch nicht von einer metaphysischen Allkraft, meist Gott genannt, sondern von seiner eigenen vorigen Daseinsform, daß somit Geburt nichts ist als die Fortsetzung eines irgendwo an anderer Stelle abgebrochenen Lebens, und daß Sterben nichts ist als der Auftakt zu neuem Leben. Auf die Frage: „Woher stammt die Geburt?" gibt es nur *eine* wirkliche Antwort: Aus dem eigenen Sterben, und auf die Frage: „Wohin führt das Sterben?" gibt es nur *eine* wirkliche Antwort: Zur neuen Geburt.

Die Antwort des Glaubens: „Geburt stammt ihrem Wesen nach aus Gott, Sterben führt zu Gott zurück", ist eine fiktive Antwort,

weil aus dieser Wirklichkeit hinausführend, und die Antwort der Wissenschaft: „Geburt stammt aus den Eltern, und Sterben führt in den großen Futtertrog, Welt genannt, zurück", ist eine hypothetische Antwort, die richtig ist, aber nur bedingt richtig, indem sie nur das an mir faßt, was stofflich ist.

Es wird niemand so töricht sein, abzustreiten, daß der Mensch von seinen Eltern abstammt, aber er stammt von ihnen nur ab, soweit er sich erfahrungsgemäß, stofflich darstellt. Das, was die Eltern erfahrungsgemäß liefern, ist nur der Stoff zum neuen Lebenskleid, keine Materie schlechthin, sondern ein Material mit von den Eltern übernommenen Möglichkeiten, aus der Fülle des Lebens, aus seiner tiefsten Quelle herausgerissene Partikel, in denen für eine gewisse Zeit diese ganze Fülle des Lebens nachschwingt und auf den Kraftanstoß wartet, der diese Fülle der Möglichkeiten auffangen und weiter verarbeiten soll, ehe sie, gleich den von einem Feuer abgesprengten Funken, nutzlos zu nichts verglommen sind.

Eizelle und Samenzelle für sich sind nicht Leben, sondern Lebensmöglichkeit. Weder aus einem menschlichen Ei noch aus einem Samenfaden läßt sich ein Lebewesen entwickeln. Aber sie beide zusammen sind auch noch nicht Leben; denn dann müßte ja allein der Akt des Zusammenkommens notwendig immer Leben schaffen, was doch erfahrungsgemäß durchaus nicht der Fall ist. Damit Ei- und Samenzelle sich zu einem neuen Lebewesen entwickeln, muß ein Anstoß hinzutreten, der sie zusammenschweißt zu einer neuen Einheit. Dieser Anstoß ist nicht die metaphysische Kraft des Glaubens, der von Gott eingehauchte Odem, sondern die wirkliche Kraft der Ernährung, die Begriffskraft, die dahin greift und da wirkt, wo sie kraft des Gesetzes der Ernährung, der Assimilation, greifen kann und muß.

Ich weiß, es gibt unter den Wissenschaftern eine durchaus nicht kleine Zahl, die sich willig dem Glauben fügen, daß *Ich* meinem Wesen nach von Gott abstamme und zum Ewigen Leben in Gott zurückkehre. Das was ich hier zu geben versucht habe, stellt der Erfahrung, d. h. dem wissenschaftlichen Denken gegenüber einen so ungeheuer viel geringeren Sprung dar, daß es nur Voreingenommenheit und die Macht überkommener Begriffe sein kann, die ihn diese Lehre, daß jeder Ernährungsvorgang keinen andern Ursprung hat als seine eigene Vorphase, ablehnen heißt. Die Kontinuität der Wirklichkeit bleibt hierbei gedanklich ununterbrochen. Die

Unterbrechung betrifft nur die sinnliche Erfahrung. Sinnlich läßt sich die Linie der Wiedergeburten nicht gleich einem Faden zurückverfolgen. Der Uebergang von einer Geburt zur nächsten ist erfahrungsgemäß nicht zugänglich, wir können uns nicht unseres früheren Daseins erinnern, aber nicht deshalb, weil es eine Unmöglichkeit ist; die wäre es nur, wenn es sich um eine metaphysische Kraft an sich handelte, welche immer nur Glaubenssache ist. Es handelt sich hier nicht um eine Kraft an sich, sondern um die Ernährungskraft, die sich ja selber zugänglich *wird* als Bewußtsein. So handelt es sich bei der Rückerinnerung an die früheren Daseinsformen nicht um einen Glaubensakt, sondern um eine Fähigkeit, um eine gedanklich-meditative Technik von unerhörter Schwierigkeit, die uns in unseren Zeiten der Hast und Oberflächlichkeit verloren gegangen ist. Es hat Menschen gegeben, die die Fähigkeit hatten, sich ihrer früheren Geburten zu erinnern, und es wird sie wieder geben, wenn die Zeitlage und die Lebensverhältnisse günstiger geworden sein werden und wieder mehr Neigung zur Einwärtswendung vorhanden sein wird.

Man nehme das, was ich hier gebe bzw. zu geben versuche, einfach arbeitshypothetisch. Das ist die beste Arbeitshypothese, die die wenigsten Stützbegriffe verlangt, und ich frage jeden Unvoreingenommenen, welche Lehre wohl weniger Stützbegriffe verlangt: die Lehre vom Ewigen Leben als einem transzendenten Dasein, das keine Stütze hat als die das Denken ihm gibt, oder die Lehre vom Ewigen Leben als einem innerhalb dieser Wirklichkeit aus seinen eigenen Vorbedingungen sich immer wieder neu erlebenden Vorgang, bei dem Sterben nicht Sterben schlechthin ist, sondern lediglich eine Phase des Erlebens, und bei dem „Ewig" nicht den unfaßbaren Sinn einer absoluten Ewigkeit hat, sondern den Sinn eines Bestehens, das beliebig lange, unberechenbar lange dauern mag, aber doch nur so lange, wie seine Vorbedingungen dauern.

In der Lehre vom Ewigen Leben hat man ein blindes Ende, das aus der Wirklichkeit hinausragt und gänzlich durch Dogmen gestützt werden muß; in der Lehre von den Wiedergeburten hat der Denker sozusagen einen wirklichen Welthaushalt, in dem eine erfahrungsgemäße Unbegreifbarkeit, das Sterben, ihren Gegenhalt in der andern erfahrungsgemäßen Unbegreifbarkeit, der Geburt, findet.

Rein arbeitshypothetisch gefaßt ist das ein offensichtlicher Vorzug gegenüber den Anforderungen des Transzendentismus. Wirk-

lichkeit stößt nicht mehr einen unbegreiflichen Rest aus sich aus, sondern Wirklichkeit, wie sie sich durch sich selber unterhält, so erklärt sie sich auch durch sich selber, ist sich selber Arbeitshypothese. Geburt erklärt Sterben, Sterben erklärt Geburt.

Ich muß mich mit diesen Andeutungen begnügen; ich muß vor allem die Frage: „Wie kommt die Greifkraft der zerfallenden Daseinsform an ihren neuen Wirkungsplatz im neuen Mutterschoß?" hier unbeantwortet lassen, weil sie eine von Grund aus vor sich gehende Umdeutung der wissenschaftlichen Zeit-Raumlehre verlangen würde, indem letztere ja nur auf das zugeschnitten ist, was ich vorhin die Rückwirklichkeit nannte, d. h. die Seite der Welt, in der die Fallgesetze herrschen. Zeit und Raum, wie die Wissenschaft sie lehrt, sei es in Newtonscher, sei es in Einsteinscher Form, haben nur hypothetische Richtigkeit. Es gibt nur *eine* wirkliche Zeit: das sich selber erlebende Bewußtsein, und nur *einen* wirklichen Raum: die reine Möglichkeit für das Spiel der Ernährungsvorgänge. Aber ich kann das hier nur andeuten. Hiermit möge man sich begnügen, und der Nachdenkliche möge weiter forschen. Ueber eins soll man sich auf jeden Fall klar werden: über die hohen Anforderungen, die hier in dieser Wirklichkeitslehre an das Denken gestellt werden.

Aber glücklicherweise ist es nicht notwendig, sich allein mit diesen unbestimmten und dem Wissenschafter sicherlich höchst unwichtigen Ideen zu begnügen; man kann diesem heiklen Thema auch von der Erfahrungsseite beikommen, aber nur in der Form des indirekten Beweises, mit all den Mängeln eines indirekten Beweises behaftet. Dieser indirekte Beweis läßt sich, soviel ich sehe, aus dem Verlauf des Konzeptionsvorganges ableiten und verläuft etwa so:

Erfahrungsgemäß ist der Einsatz des Lebens zu bestimmen im Zusammentreffen von Ei- und Samenzelle. Damit entsteht ein Lebewesen, das vorher erfahrungsgemäß nicht da war. Ich, ein jedes Ich ist als das, was es eben ist, vor dem Zusammentreffen der betreffenden Ei- und Samenzelle nicht dagewesen. Beide scheinen also die Konstituentien des Lebewesens, d. h. des Lebens in dieser besonderen Form zu sein; die letzten erfahrungsgemäßen *strukturellen* Bestandteile des Lebens.

Nun lehrt aber die Erfahrung, daß Eier, auch wenn sie die normale Größe haben, erst befruchtungsfähig sind, wenn sie gewisse Aenderungen durchmachen, die man Reifungserscheinungen nennt (Kernsegmentierung, Karyokinese).

Es handelt sich hier um symmetrisch-regelmäßige Figuren, die den Figuren der Eisenfeile unter Einfluß des Magnetstabes vergleichbar sind.

Das Keimbläschen muß aufgelöst werden, die sogenannte Polspindel und die sogenannte Polzelle muß sich gebildet haben, ehe das Ei befruchtungsfähig ist, in Befruchtungsbereitschaft treten kann.

Diese letztere erweist sich als ein Reduktionsvorgang, bei dem die Chromatinmasse auf die Hälfte des Normalkerns reduziert wird, so daß bei Verschmelzung von Ei- und Samenzelle einer Verdoppelung der Masse vorgebeugt wird. Die Befruchtungsbereitschaft läuft also auf einen *Reduktionsvorgang* hinaus, bei dem die Erbmasse, wie sie im Chromatin der Ei- und Samenzelle sich darstellt, sich dergestalt verteilt, daß wie schon gesagt eine ständige Summierung vermieden wird. Andernfalls würde die sich summierende Masse von Chromatin bald nicht mehr in der Zelle Platz haben. Es ist, als ob die Natur sagen wollte: 1 + 1 kann nie 1 ergeben; aus ½ + ½ kann 1 werden, vorausgesetzt, daß die beiden Hälften gut zusammengeschweißt werden; denn zwei Halbe geben von sich aus auch noch kein Ganzes.

Das also ist die erste Anlage: die Anlage zur Reduktion, zur Selbstbeschränkung. Es ist, als ob Ei- und Samenzelle sich selbst beschränken in der Erwartung eines neu Aufzunehmenden. Daß es sich um eine Anlage, eine Fähigkeit und keinen Defekt handelt, ergibt sich, soviel ich sehe, daraus, daß im letzteren Fall der Defekt mit jeder neuen Generation sich vermehren und schließlich überhaupt das Versiegen des Lebens herbeiführen müßte.

Jedenfalls besteht hier eine Anlage, die mit dem Zellmaterial gegeben ist bzw. sich aus ihm ergibt.

Hierauf beschränkt sich aber der Vorgang nicht.

Daß Ei- und Samenzelle allein für sich, durch ihr bloßes Zusammenkommen, nicht Befruchtung sind, ergibt sich daraus, daß dieses Zusammentreffen durchaus nicht immer gleich Befruchtung ist. Es kann ein Ruhestadium dazutreten; der Samenfaden kann eintreten, aber die Entwicklung braucht nicht zu folgen; der Eintritt kann leere Formalität bleiben, die gleichsam auf den wirklichen Anstoß wartet.

Diese Latenzperiode ist freilich nur bei niederen Tieren beobachtet, aber damit ist auch ihre Möglichkeit bei höheren Tieren gegeben, zum mindesten liegt kein Grund zu einer Unmöglichkeit vor. Tatsache ist: *der Zusammentritt von Ei- und Samenzelle braucht nicht der Einsatz neuen Lebens zu sein*, er kann bloße *Möglichkeit* bleiben. So könnte es sein, daß der Zusammentritt von Ei- und Samenzelle gar nicht der wirkliche Einsatz neuen Lebens ist, sondern nur ein äußerer Apparat, der erfahrungsgemäße Anteil am Vorgang, und daß der wirkliche Anstoß von wo anders her zu erwarten wäre.

Für diese Möglichkeit spricht eine erfahrungsgemäße Tatsache: Im Stadium der ersten Entwicklung herrscht Symmetrie der Zellteilung, wie sich in den Formen des Amphiaster (Doppelstern) und der Morula (Maulbeerkugel) darstellt. Das ist ein regelmäßiges, bilateral-symmetrisches Zellmosaik, das Aequivalent eines natürlichen Gefälles.

Diese fast mathematisch-starre Regelmäßigkeit erweist sich am besten aus der Erfahrungstatsache, daß man dem Ei ansehen kann, wie später der Embryo in ihm orientiert sein wird, d. h. es geht etwas vor sich, von dem *O. Hertwig* sagt (p. 143): „Das eben befruchtete Ei ist gewissermaßen eine Form, welcher sich der werdende Embryo in vielfacher Hinsicht anpassen muß."

Damit scheint mir ein deutlicher Hinweis gegeben zu sein, daß es sich hier um zwei Kräftesysteme handelt, um ein symmetrisches, als Anlage des Zellmaterials mitgegeben, gleichsam in einem natürlichen, geometrischen Gefälle des Zellmaterials bestehend und durch völlige Regelmäßigkeit sich kennzeichnend, und ein neues Kräftesystem, das sinnlich nicht zugänglich ist, das aber sein Wirken, seine Spur zeigt als das Moment *des ungleichen Wachstums und das Prinzip der Arbeitsteilung*. Daß hier qualitativ Neues einsetzt, ergibt sich daraus, daß die Möglichkeit der Deutung im Darwinschen Sinne, die bei dem vorher besprochenen Reduktionsvorgang wohl bestand, fortfällt. Ungleichheit im Wachstum und Arbeitsteilung sind nicht Gegenstand für den biologischen Mechanismus der Anpassung.

Beide, ungleiches Wachstum und Prinzip der Arbeitsteilung, können als gesonderte Prinzipien nur bestehen, so lange man sich rein beschreibend verhält. Beide fallen da zusammen, wo man mit der Möglichkeit eines von außen her hinzugetretenen neuen wirksamen bzw. wirkenden Prinzips rechnet, das die geometrische Symmetrie des gegebenen Zellmaterials durchbricht und damit erst den Anstoß zu wirklich Neuem gibt, das aus einer rein geometrisch-regelmäßigen Zellteilung sich nie ergeben könnte. Diese letztere könnte nur zu immer weiterer Teilung und schließlich zum biologischen Zerfall führen.

So sind, wie ich es auffasse, im Konzeptionsvorgang zwei Anlagen tätig: Erstens die stofflich-empirische, mit dem Zellmaterial der Eltern gegebene, die als solche von der Wissenschaft verfolgt wird, und auf die sie ihren Begriff „Anlage" beschränkt, und zweitens die überempirisch-geistige Anlage, Buddhistischer Wiedergeburtslehre nach die aus zerfallender voriger Daseinsform stammende Begriffskraft, die als Richtkraft, als Dominante hinzutritt, im neuen Mutterschoß Fuß faßt und dem Zellmaterial erst die Möglichkeit der lebendigen Weiterentwicklung verleiht. Allein Eizelle und Samenzelle sind noch kein neues Leben, sondern nur eine Lebensmöglichkeit, Lebensmaterial. Ihr Zusammentritt ist auch noch kein neues Leben, sondern nur ein weiterer Schritt zum neuen Leben hin. Eine Richtkraft muß hinzutreten, die das im Gefälle der Zellteilung begriffene Lebensmaterial auffängt, ehe es nutzlos in sich selber zerfällt, und muß ihm den wirklichen Lebensanstoß geben.

Die schlimmsten Zeiten des Rationalismus, in denen derartige Ideen als Absurditäten und „Köhlerglaube" einfach verlacht worden wären, sind ja glücklicherweise vorüber. Eine gewisse, leise mystische Note beginnt wieder in das wissenschaftliche Denken seinen Einzug zu halten. Die Anzeichen sind unverkennbar. Man merkt, daß man ohne „übermechanistische Richtkräfte" nicht auskommt. Nicht nur Philosophen, sondern auch Naturwissenschafter sprechen davon. Man geht nur darin fehl, daß man diese Richtkräfte von irgendwo aus dem Kosmos herleitet und sie zu rein kosmischen Kräften macht, während sie doch in Wahrheit wirkliche Richtkräfte sind, die mit gebundener Marschroute von Leben zu Leben wandern; Begriffskräfte, die nichts sind als die lebendige Fortsetzung eines im Sterben zerfallenden Ernährungsvorganges. Jedes Sterben hier schafft die Möglichkeit für einen neuen „Einschlag" dort. Sterben ist der unerschöpfliche Quell, aus dem unerschöpflich Leben sich speist; und erhaben und schrecklich erhebt sich vor den Augen des wirklichen Denkers das, was ich oben den „Kosmischen Haushalt" nannte. Hier ragt kein überflüssiges, blindes Ende eines Tran-

szendenten hinein, hier fehlt nichts, das im Begreifen aufgefüllt werden müßte; hier fügt sich eines in das andere in diesem Geschäft auf Gegenseitigkeit zwischen Geburt und Tod, zwischen Tod und Geburt.

Wer dieses liest, der wird vielleicht an die Stelle in des Hippokrates erstem Buch über die Diät erinnert, wo dieser Arzt und Denker seine eigene Weltanschauung bekennt in folgenden Sätzen: „Es geht aber nichts zu Grunde, und es entsteht nichts, was nicht früher da war, sondern das Vermischt- und Getrenntwerden wechselt selber untereinander. Die Menschen glauben, daß dieses von der Unterwelt vermehrt ans Licht komme, jenes aber von der Welt in die Unterwelt verringert untergehe; allein man muß doch dem Auge mehr trauen als der Meinung."

Aber Hippokrates ist, wie sich im übrigen ergibt, Vertreter einer rein materialistischen Weltanschauung. Alles bildet sich bei ihm aus dem Spiel von Feuer und Wasser, die in ihrer Mischung die unbegrenzte Mannigfaltigkeit der Lebenserscheinungen hervorrufen.

Daß nichts entstehen und nichts vergehen kann, was nicht früher schon da war, das ist sicherlich ein Gedanke, der eines Denkers würdig ist. Erster Satz aller Wirklichkeitslehre ist dieser: Was ist, kann nie nicht dagewesen sein! Es kann nur die Form wechseln. Aber das ganze Spiel der Wandlungen aus der Mischung von Feuer und Wasser entstehen lassen, das heißt das lebendige Leben mechanisieren und die Welt zu einem Mischkrug machen, der im Laufe der unbegrenzten Zeiträume rettungslos dem endgültigen Ausgleich zueilen und damit der starren Regungslosigkeit verfallen müßte. Es fehlt die bewegende Kraft, die damit, daß sie im Ernährungsvorgang Unterschiede ausgleicht, sie auch neu setzt. Diese bewegende Kraft ist nicht erfahrungsgemäß zugänglich, sie braucht auch nicht als metaphysisch geglaubt zu werden, sondern, wenn die Vorbedingungen da sind, so mag es sein, daß sie sich selber erlebt, ihrer selber bewußt wird und sich dann Bewußtsein nennt. Wie sollte sie sich auch anders nennen, weil sie da, wo sie sich selber erlebt, ganz aufgeht im Vorgang des Bewußtwerdens.

Aber die Tatsachen des ungleichen Wachstums und des Prinzips der Arbeitsteilung, die in die symmetrische Zellteilung des Zeugungsmaterials hereinbrechen, sind nur die eine Seite des indirekten Beweises; die andere Seite ist die Tatsache der Verschiedenheit zwischen Eltern und Kindern trotz äußerer Aehnlichkeiten.

Hätte die wissenschaftliche Vererbungslehre recht, daß das neue Lebewesen lediglich die Summe aus dem mütterlichen und dem väterlichen Anteil ist, so müßte sich ja das Ergebnis berechnen lassen: ein Lebewesen, in dem einerseits körperlich, anderseits geistig die und die Eigenschaften sich finden werden. Die modernen Utopien, Zuchtinstitute für Edelrassen einzurichten, blieben keine Utopien mehr.

Tatsächlich scheint ja auch, je tiefer in der Reihe der Lebewesen man einsetzt, diese Utopie der Wirklichkeit sich zu nähern. So viel ich weiß, ist die Berechenbarkeit der Züchtungsergebnisse um so größer, je tiefer das Lebewesen steht, d. h. je weniger bei ihm Bewußtsein hervortritt. Wo aber Bewußtsein zu seiner vollen Entwicklung, d. h. bis zum Wissen vom Bewußtsein gekommen ist, da erweist sich die Idee der Berechenbarkeit des neuen Lebewesens aus seinen beiden Konstituentien als das, was sie ist: eine Utopie.

Man kann das neue Lebewesen in seinen körperlichen und geistigen Zügen nicht von Vater und Mutter her berechnen, es ist aber auch nicht völlig unberechenbar, wie es der Fall sein müßte, wenn der Glaube recht hätte, nämlich, daß Gott dem Menschen, d. h. dem kombinierten Zeugungsmaterial, die Seele einhaucht; sondern das neue Lebewesen ist immer nur eine Angleichung an die Eltern. Nach unserer Wirklichkeitslehre gestaltet sich ja die Sache so, daß die Kinder den Eltern nicht deshalb ähnlich sind, weil sie von ihnen geboren werden, sondern sie werden von ihnen geboren, weil sie als Wesen der vorigen Daseinsform ihnen ähnlich waren.

Es handelt sich hier wie überall in der Ernährung um einen Angleichungs-, Assimilationsprozeß. Die Greifkraft der im Tode zerfallenden Daseinsform greift da, wo sie die besten Angleichungsmöglichkeiten findet. Damit ist Aehnlichkeit und Unterschied in einem gegeben, wie es ja auch tatsächlich immer wieder den Beobachtungen und Erfahrungen der Wirklichkeit entspricht. Die Kinder sind den Eltern ähnlich, aber nicht in der Form wissenschaftlicher Berechenbarkeit, sondern in der lebendigen Eigen-Sinnigkeit jedes Ernährungsvorganges, bei dem die Angleichung nur möglich ist unter Festhaltung der Unterschiede.

Man versuche, diesen Gedanken zu einer Weltanschauung auszudenken, und man wird sich bald von der Unhaltbarkeit der wissenschaftlichen Vererbungslehre überzeugen. Wäre das neue Lebewesen nichts als eine Mischung des Materials von Mutter und

Vater, so müßte ja in den unbegrenzten Zeiträumen des Weltgeschehens längst ein allgemeiner Ausgleich sich vollzogen haben. Aber dieser allgemeine Ausgleich vollzieht sich nicht. Die Sprachen, die Rassen, die Hautfarbe usw. widerstehen in geheimnisvoller Weise dem Allerwelts-Ausgleich; alle Ansätze zur Mischung bleiben kümmerliche Versuche, die am differenzierten Bestand des Ganzen nichts ändern, ja die meist nicht einmal lebensfähig bleiben.

Nicht einmal die unorganische Natur gehorcht dem mechanisierenden Gesetz des allgemeinen Ausgleichs. Das Meer, von dem man meinen sollte, daß es längst Zeit gehabt hätte, seinen Salzgehalt auszugleichen, gleicht ihn nicht aus; es behält seine Gebiete höheren und seine Gebiete schwächeren Salzgehaltes. Ja selbst das Luftmeer, die Atmosphäre, befolgt nicht das Gesetz der mechanischen Ausgleichung. Es bildet seine der geographischen Lage durchaus nicht entsprechenden Kältehäufungen im Winter, z. B. über dem Festland von Sibirien und seine gleichfalls der geographischen Lage durchaus nicht entsprechenden Wärmehäufungen im Sommer, z. B. über der indischen Tiefebene.

In der Wirklichkeit gibt es keine Mischung, die sich nach Summen vollzieht; in der Wirklichkeit gibt es nur Werte, und Werte erlauben keine Berechnungen, sondern nur Vergleiche, und ein Lebewesen, das im Wissen um sich selber sich nicht trotz aller Aehnlichkeit mit seinen Eltern als von diesen verschieden erlebt, gibt es nicht. Somit: die Forderung, die sich erfahrungsgemäß, entwicklungsgeschichtlich aus der Tatsache des ungleichen Wachstums des Zellmaterials und der Arbeitsteilung ergibt, die ergibt sich erlebensgemäß aus der Tatsache, daß ein jedes mit Bewußtsein begabte Lebewesen sich seine Eigenheit des Denkens, Wollens, Fühlens gegenüber seinen Eltern erlebt. Und diese Forderung ist eben die Forderung einer überempirischen Richtkraft, die in den Aehnlichkeiten den Unterschied erhält. Da wo Leben unter Wissen von sich selber verläuft, da nennt diese Richtkraft sich selber Bewußtsein, Begriff, d. h. das, in dem ich mich, trotz aller Aehnlichkeiten mit den Erzeugern, als ein Einzigartiges, Eigen-sinniges (im eigentlichen Sinne des Wortes), kurz als eine Individualität (Unteilbarkeit) erlebe.

V.

Nun wirft der Praktiker ein: „Weshalb auf alle diese, letzten Endes unbeweisbaren Sachen so viel Zeit und Mühe verwenden!

Praktischen Wert haben sie ja doch nicht! Das mögen Spekulationen sein, die den Philosophen interessieren. Wir befassen uns mit dem, was zwischen Geburt und Tod sich abspielt und somit für unsere Untersuchungen eine Handhabe bietet. Es ist ja freilich wahr, daß dieser Satz von ‚zwischen Geburt und Tod' sich bei unserem heutigen Stand der Wissenschaft nicht mehr ganz in dieser Form aufrechterhalten läßt. Seit wir nicht nur Krankheiten schlechthin behandeln, sondern auch ihre Vorbedingungen, kommen wir notgedrungen in das vorgeburtliche Stadium, wie es sich als Eltern, Voreltern usw. darstellt; aber auch hier haben wir immer nur das zwischen Geburt und Tod Gegebene und können es erfahrungsgemäß verarbeiten nach den Gesetzen, wie das Erfahrungsgemäße es eben erlaubt. Aber der Tod, wenn er einmal eingetreten ist, und das, was nach ihm folgt, das kümmert uns schon gar nichts, das ist eine Sache der Philosophie, entsprechend dem alten Spruch: Philosophieren heißt Sterbenlernen! Für uns Mediziner ist das Sterben kein Ding, das gelernt werden müßte. Es vollzieht sich oft genug gegen unsern Willen von selber. Also was sollen wir uns mit diesen unbequemen Tatsachen länger abgeben als notwendig ist."

Das ist ein Argument, das auf den ersten Hieb unangreifbar erscheint. Aber man bedenke, daß der Tod eine einzigartige Stelle einnimmt. Er ist das einzig Sichere innerhalb des Weltgeschehens. Wie Börne in seiner Gedächtnisrede auf Jean Paul sagt: „Nichts ist ständig als der Wechsel! Nichts ist sicher als der Tod!" Sollte diese Einzigartigkeit für den Denkenden nicht Verpflichtungen bergen? Letzten Endes wissen wir nur *eines:* daß wir sterben müssen! Sollte diese Tatsache nur für den Philosophen Interesse haben? Sollte sie für den denkenden Arzt, der die Verpflichtung übernommen hat, Leben möglichst lange zu erhalten, nicht auch von Bedeutung, ja vielleicht von entscheidender Bedeutung sein?

Man berichtet vom chinesischen Weltweisen Confutse, daß er, über den Tod befragt, geantwortet habe: „Wie kann ich etwas vom Tode sagen, wo ich nicht einmal weiß, was das Leben ist?" Aber das scheint mir eine unbedachtsame Antwort zu sein. Es könnte ja sein, daß erst die Einsicht in den Tod und seine Notwendigkeit die wahre Einsicht in das Leben eröffnet. Warum muß der Mensch sterben? Warum kann Leben, so wie es jetzt eben als Ich sich selber erlebt, nicht ewig dauern? Ich erwidere: Weil er als Ernährungsvorgang sozusagen der immer wieder neue Schnittpunkt, ein

immer wieder neues sich Abstimmen zwischen Ernährungsvermögen und Ernährungsmöglichkeit (Nahrung) ist. In jedem Ernährungsvorgang steckt das Moment der Unausgeglichenheit in der Anlage; er ist der immer wieder versuchte und immer wieder mißglückte Versuch des Ausgleichs zwischen Vermögen und Möglichkeit. Es ist wie bei zwei Wegen, die sich kreuzen. Je kleiner der Winkel ist, unter dem sie sich kreuzen, je näher beide der Parallelität kommen, um so länger können sie scheinbar zusammenlaufen, um dann schließlich doch sich zu trennen, weil der Winkel, in dem sie aufeinander gestoßen sind, mag er auch noch so klein sein, sich schließlich auswirkt. Aufeinandertreffen müssen beide Faktoren, sonst ist eine Ernährung nicht möglich, aber, wie bei den beiden Wegen, ist im Aufeinanderstoßen auch das Moment des Auseinanderstrebens in der Anlage mitgegeben. Paradox gesprochen: Weil wir leben, deswegen müssen wir sterben. Das geht aus der Einsicht in das Leben als einen Ernährungsvorgang hervor. Weshalb ein Leben, das auf Grund einer Ewigen Seele da ist, stirbt, das ist auf keine Weise einzusehen. Anderseits, wäre das Leben nichts als ein physikalischer Vorgang, ein bloßer mechanischer Ausgleich-Vorgang, wie eine Richtung in der Naturwissenschaft es will, so müßte sein Ablauf ein berechenbarer sein, wie der Ablauf jedes Gefälle-Vorgangs eine berechenbare Größe ist. Das ist aber durchaus nicht der Fall. Das Ende des Lebens ist keine berechenbare Tatsache. Notwendigkeit des Sterbens einerseits und Unberechenbarkeit des Ablaufes des Lebensvorganges anderseits, die reimen sich nur da, wo Leben als Ernährungsvorgang begriffen wird.

Wie Leben geistig eine Unausgeglichenheit, ein in sich Widerspruchsvolles ist und sich als solches erweist in dem, was Kant die Antinomien, d. h. die für das begriffliche Denken unlösbaren Probleme nennt, so ist es körperlich eine Unausgeglichenheit, ein in sich Widerspruchsvolles und erweist sich als ein solches durch die Notwendigkeit des Sterbens. Sterben ist kein Unfug, den das Leben sich abgewöhnen kann, sondern eine in seiner Anlage mitgegebene Notwendigkeit.

Es mag Verhältnisse, äußere Bedingungen geben, die so beschaffen sind, daß diese Notwendigkeit sich hinausschieben läßt, ja vielleicht unberechenbar lange hinausschieben läßt. Die Astronomen wissen, daß es Bereiche im Weltall gibt, wo die Luft unmeßbar dünner ist als die unsere Erde ummantelnde Atmosphäre; so

mag es auch Lebensbedingungen geben, in denen die groben Reibungen, an denen hier die Körperformen zerbrechen, unendlich verfeinert sind. Es wäre eine beschränkte Ansicht, anzunehmen, daß Leben sich nur in diesen uns allen sinnlich zugänglichen Formen abspielt. Es mag Lebensformen geben, die so beschaffen sind, daß sie nur allerfeinster Nahrung bedürfen, einer Nahrung, die die Reibung fast ausschaltet und daher die Lebensdauer unbegrenzt verlängern mag. Die Indische Mythologie spricht symbolisch von Wesen, die allein von Freude leben; aber Wesen ohne die Notwendigkeit der Nahrungsaufnahme gibt es nicht. Wo Nahrung, da Reibung; wo Reibung, da Zerfall in der Anlage. Ein Nichtsterben bei etwas, das überhaupt da ist und lebt, das gibt es nicht.

Es ist freilich richtig: was ich hier gebe, ist kein Kurant, das man an jeder Straßenecke in Ware umsetzen kann; es ist ungemünztes Gold, aber sein Wert wird sich beim Ausmünzen ergeben. Es gibt Einsichten, die überhaupt nicht ins Praktische umgesetzt werden können, und die die Praxis doch in der grundlegendsten Weise beeinflussen, und die Einsicht vom Leben als einem Ernährungsvorgang, der als solcher die Notwendigkeit des Sterbens in sich trägt, gehört zu diesen Einsichten.

Selbst der stumpfeste Arzt muß es ja doch einsehen, daß Gegenstand seiner Heilversuche letzten Endes immer zwei Dinge sind: dieses Grob-Körperliche und das Geistige. Wie kann man je zu einem ersprießlichen Heilverfahren kommen, wenn man nicht über das gegenseitige Verhältnis beider unterrichtet ist. Denn daß ein derartiges Verhältnis besteht, das zeigt ja die tägliche Erfahrung in der eindringlichsten und überzeugendsten Weise.

Aber was für eine Verwirrung herrscht hier in den ärztlichen Anschauungen. Der eine meint, gleich einem braven Flickschuster, seine Tätigkeit auf das Körperliche beschränken zu können. Das Geistige sieht und fühlt er nicht, und es kümmert ihn daher nichts; der andere spricht umgekehrt von einer untrennbaren Einheit von Körper und Geist bzw. nach theosophisch-anthroposophischem Muster: von Körper, Seele und Geist, wo die Seele das Animose, das Affektmäßige, und der Geist die über den Affekten stehende Vernunft darstellen soll.

Aber das sind alles unklare Ideen, die ihren ungünstigen Einfluß auf das Handeln irgendwann, irgendwie verraten werden. Geist und Körper sind weder zwei getrennte Stränge, die als solche be-

handelt werden könnten „hie Geist! hie Körper!", noch sind sie eine untrennbare Einheit, sondern sie stehen im Verhältnis der gegenseitigen Abhängigkeit, des gegenseitigen Aufeinanderwirkens.

Je mehr man sich hierüber klar geworden ist, um so mehr strömen die Beweise zu. Man hält es heute nicht mehr für unmöglich, daß von einem starken Affekt ein Magengeschwür sich entwickeln kann; daß von fortgesetzter niederdrückender Stimmung, von Kummer, Sorgen sich bösartig schleichende Leiden entwickeln können usw. Aber wie ist es möglich, daß beide in dieser Weise aufeinander wirken, wenn sie, wie die landläufige Vorstellung es gibt, Gegensätze sind? Gegensätze ist das, was keine Beziehungen zu einander hat, aber das ganze Leben ist letzten Endes nichts als ein Spiel geist-körperlicher Beziehungen. Der denkende Arzt darf nicht nur Nutznießer der Tatsachen sein, er muß sich auch bemühen, sie zu verstehen. Geist und Körper sind entweder die Gegensätze, für die sie landläufigerweise und in den Religionen gehalten werden, dann können keine Beziehungen zueinander bestehen; dann geht der Körper seinen grob-erdigen Weg, und der Geist als fremder Gast führt in ihm sein Sonderleben. Oder sie stehen in Beziehungen zueinander, wie es ja doch tatsächlich der Fall ist, dann können sie keine Gegensätze sein.

Aber was sind sie dann? Die Antwort hierauf kann nur eine wirkliche Weltanschauung geben, die Geistiges wie Körperliches als Phasen ein und desselben Ernährungsvorganges zeigt, indem am Körperlichen nicht das Stoffhafte schlechthin, sondern die Form als primärer Ausdruck der Ernährung, als das sich Formen, der Spannungszustand das Entscheidende ist.

Ernährung ist eine Geistform, d. h. ein geistkörperlicher Vorgang, aber derart, daß das Körperliche nur das ist, an dem das Geistige sich verwirklicht; das Geistige führt an, nicht als Geistiges schlechthin, sondern wie ich im vorigen zu zeigen versucht habe, als Begriffliches. Leben ist ein *begrifflicher* Vorgang, wobei man freilich die nötige gedankliche Geschmeidigkeit haben muß, um das Wort „begrifflich" nicht im tot-begrifflichen, sondern in seinem lebendig-wirklichen Sinne zu fassen. Erst als solches erfaßt ergibt sich die Möglichkeit, Körperliches wie Geistiges als Phasen ein und desselben Ernährungsvorganges zu verstehen.

Man verarge es mir nicht, daß ich immer wieder auf die gleiche Sache zurückkomme. Wes das Herz voll ist, des läuft der Mund

über. Man verweile doch bei diesem Gedanken: Ich, das Individuum, stamme nicht restlos von den Eltern ab; nicht sie allein liefern das ganze Lebensinventar, sondern Ich, das Individuum, bringe selber das Wichtigste, das Richtunggebende, die Dominante mit, nicht aus dem Schoße göttlichen Ratschlusses, sondern aus dem eigenen früheren Wirken.

Ich, das Individuum, bin (bzw. ist) das Mit- und Gegeneinander zweier Faktoren: der Begreifekraft und dessen, was sie begreift in der Form der geistkörperlichen Ernährung. In diesem Mit- und Gegeneinander von Begriff und dem Material, auf dem er sich betätigt, spielt sich alles Leben ab, geistiges, körperliches, Gesundheit, Krankheit. Nur aus diesem Spiel des Mit- und Gegeneinander von Begriff und Körper läßt sich eine wirkliche Physiologie, eine wirkliche Pathologie, eine wirkliche Therapie schaffen. Aber hier ist noch nichts geschehen. Entweder man versteigt sich in die metaphysischen Regionen eines rein Geistigen, oder man bleibt in dem schwerfälligen Gebiet des rein Stofflichen — beides Extreme, die von der Wirklichkeit gleich weit entfernt sind.

So nenne man dieses alles nicht müßige Hypothesen, gut genug für die Philosophie, aber wertlos für die Praxis; man führe sie in die Praxis ein, man wende sie an, und man wird ja bald finden, daß diese neue Einsicht, dieser Mittlere Weg zwischen Spiritualismus und Materialismus es ist, dem allein die Wirklichkeit sich öffnet, weil er allein Wirklichkeit ist.

Eine Krankheit, auf die das geistige Moment, d. h. die Tatsache, wie sie begriffen wird, nicht einwirkt, gibt es nicht; wobei durchaus nicht gesagt ist, daß dieses begriffliche Moment *als* solches. d. h. bewußt, da sein muß. Ob das begriffliche Moment bewußt, *als* solches da ist, das kommt auf die Vorbedingungen an; das ist ein Wachstumsvorgang wie alles andere auch. Im Begriff liegt freilich die Anlage zum Wissen von sich selber, aber mit dem Wirken des Begriffes hat es nichts zu tun, ob diese Anlage zur Entwicklung kommt oder nicht. Wer verstanden hat, daß es kein anderes Geistiges gibt als den Begriff, der wird auch verstehen, daß hier Geistiges zu jenem geheimnisvollen Wundertäter wird, bei dem der Gedanke als schaffende Tat und das Wollen als Vollbringen selber da ist. Um das Ganze mit einem bekannten, aber nichtssagenden Stichwort zu geben: Es sind die Wunder des „Unterbewußtseins", die sich im recht verstandenen Begriff bergen und verbergen.

Professor Abderhalden spricht in seinem Lehrbuch der Physiologie von der unerklärlichen Eigen-Sinnigkeit der intracellulären Vorgänge, dem oft so scheinbar unmotiviert reaktionslosen Lagern des Ferments neben dem Zellinhalt. Man erwartet, daß etwas geschehen soll, es geschieht aber nichts, und plötzlich, ebenso unmotiviert und eigen-sinnig setzt die Reaktion ein.

Woher das? Der reine Erfahrungswissenschafter zuckt die Achseln. Er weiß es nicht. Der Mann, der sich zu einer wirklichen Weltanschauung durchgearbeitet hat, weiß es freilich auch nicht, aber er hat zum mindesten eine Lesart dafür. Ich sage: Wie Ei- und Samenzelle reaktionslos nebeneinander lagern können, bis der belebende Anstoß eines Sterbemoments sie zusammenschweißt, so lagern Ferment und Zellinhalt reaktionslos nebeneinander, bis der belebende Anstoß einer geistigen Regung, eines Affektes, einer Emotion das Wunder der gegenseitigen Einwirkung vollbringt. Es sind die sichtbaren Spuren des Geistigen, die sich hier dem Auge sichtbar darstellen in der sich gegenseitig „begreifenden" Wirkung von Ferment und Zellinhalt. Es geht hier ähnlich wie im Goetheschen Gedicht:

Das Seelchen blieb prosaisch rein
Selbst in der schönsten Sommernacht,
Gott Amor kam mit Blick und Feuer,
Der ganze Kursus war vollbracht!

Ebenso hier: Ferment und Zellinhalt mögen trotz aller äußeren Möglichkeiten und Gelegenheiten reaktionslos nebeneinander liegen; die geistige Bewegung, der Begriff, da wo er nicht selber unmittelbar erlebt wird, erkennbar nur an seinen Wirkungen, kommt hinzu, und das lebendige Spiel der Ernährung setzt ein.

Der Begriff, das Begreifen, das Wort in seinem lebendig-wirklichen Sinn verstanden, ist Leben selber mit allen Wundern und Unbegreifbarkeiten des Lebens, wobei man freilich wohl bedenken möge, daß diese Unbegreifbarkeiten erst da einsetzen, wo man anfängt, sie *als* solche zu begreifen, d. h. wo Leben unter Wissen um sich verläuft. Leben, das nicht zum Wissen um sich erwachsen ist, kennt keine Unbegreifbarkeiten. Es greift und begreift nur. Erst da, wo Leben reflexiv sich seiner selbst bewußt wird, wo es anfängt, sich selber als solches zu begreifen, setzen die Unbegreifbarkeiten ein, von denen ich vorhin im geistigen wie im körperlichen Sinne

als Widerspruch in sich sprach, geistig als Antinomie, körperlich als Notwendigkeit des Sterbens.

Ich schließe damit diesen zweiten Teil meiner Darlegungen ab, von dem ich wohl weiß, daß er große Anforderungen an die Geduld, die gedankliche Geschmeidigkeit, die Aufnahmefähigkeit und Aufnahmewilligkeit des Hörers stellt. Aber wofür ist Denken letzten Endes da, wenn nicht zum Umdenken. Es bloß dazu benutzen, um das Rad der Variationen zu drehen, aus gegebenen Ansätzen neue Tatsachen zu machen, das ist nicht letzte Aufgabe des Denkens.

Ich sage es geradezu: Wir alle leiden an falschen Vorstellungen über das Leben, so beschaffen, daß sie drei Möglichkeiten lassen: Wissenschaft zu treiben oder zu glauben oder gemeiner Nutznießer der Welt zu sein; aber die Möglichkeit, Leben, wie es sich begrifflich darstellt und wie es sich wirklich erlebt, in Einklang zu bringen, diese Möglichkeit belassen sie nicht. Und auf sie kommt letzten Endes doch alles an. Diese Möglichkeit ergibt sich erst da, wo die begriffliche Seite der Welt als eine Phase der wirklichen erkannt wird und beide zusammenfallen in der einzig wirklichen Einheit: Ernährung.

Ich habe lange geschwankt, ob ich Dinge, zu deren Erkenntnis ich selber so viele Jahre gebraucht habe, hier vor unvorbereiteten Hörern ausführen soll. Aber hätte ich sie nicht ausgeführt, so würde der Bau, den ich im folgenden zu errichten versuche, kein Fundament haben, und ein unverstandenes Fundament ist immer noch besser als gar keins. Bei ihm besteht die Möglichkeit des späteren Verstehens, während ein nicht vorhandenes Fundament durch Fiktionen oder Hypothesen ersetzt werden müßte. Ich möchte aber den späteren Lesern des später zu erwartenden Buches vorschlagen, sich bei diesem zweiten Teil nicht zu lange aufzuhalten, sondern auf den dritten Teil weiterzugehen und nachher noch einmal zum zweiten Teil zurückzukehren und daraus zu machen, was sie mit Geduld und Nachdenken daraus machen können. Sie werden darin nicht nur eine Grundlage ihrer wissenschaftlichen Anschauungen, sondern eine Grundlage ihres ganzen Menschtums finden. Jede Weltanschauung ist letzten Endes ein Orientierungsversuch gegenüber den von allen Seiten drohenden Unendlichkeiten, und es ist sicherlich ein großer Unterschied, ob man auf diese Unendlichkeiten, die alles zu verschlingen drohen, mit dem Schachmatt des Glaubens oder mit der wissenschaftlichen Methode des Abschiebens

des Kernproblems antwortet, oder ob man sich zu jener wirklichen Weltanschauung durcharbeitet, in der das Instrument, mit dem ich die Welt begreife, das Bewußtsein, der Begriff, sich selber als das erlebt, als was er die Welt erfährt: *Ernährung!*

DRITTER TEIL

I.

Zweck aller Heilkunde ist das Heilen. Gegenstand aller Heilkunde ist der erkrankte Organismus.

Diesen muß man kennen, man muß wissen, was er wirklich ist, um zu wissen, was Krankheit ist, und um Aussicht zu haben, in zweckmäßiger Weise eingreifen zu können.

Krankheit ist Leben unter veränderten Bedingungen, lautet die bekannte Virchowsche Definition, die alles besagt, weil sie nichts besagt. Wenn allein veränderte Lebensbedingungen die Krankheit machten, so müßte eine schwangere Frau, bei der man ja von „anderen Umständen" spricht, auch unter diese Definition fallen. Gewiß ist Krankheit Leben unter veränderten Bedingungen; aber damit eine solche Definition Wert hat, muß sie einerseits sagen, was Leben ist. Erst dann kann man vielleicht wissen, was veränderte Bedingungen sind.

Nun wissen wir, auf Grund unserer wirklichen Weltanschauung, daß Leben ein Ernährungsvorgang ist, d. h. etwas, das in jedem Augenblick in anderen Umständen ist, und es kommt darauf an, zu zeigen, welcher Art denn die andern Umstände, die veränderten Lebensbedingungen sind, auf Grund deren man von Krankheit reden kann?

Erstes Ergebnis wirklicher Einsicht ist dieses, daß Gesundheit sich nicht definieren läßt. Man kann nicht sagen: Das ist Gesundheit, hier hört sie auf; da fängt Krankheit an. Gesundheit ist kein fester Wert, mit dem, als einem Gegebenen, man arbeiten kann.

Damit ist nicht gesagt, daß nunmehr die Unterscheidungsmöglichkeiten zwischen Gesundheit und Krankheit überhaupt aufhörten. Durchaus nicht! Man kann wohl sagen: Hier herrscht Gesundheit! Hier herrscht Krankheit! Wie man wohl sagen kann: Hier herrscht Licht, hier herrscht Dunkelheit. Aber wie man nicht sagen kann: „Soweit reicht das Licht und hier fängt die Dunkelheit an", so kann man nicht sagen: „Soweit reicht Gesundheit und hier fängt Krankheit an". Das Moment des Gleitenden ist beiden eigen. Im Anschluß hieran bedenke man, wie groß die Zahl jener unbestimmten Zustände ist, für die man gar keine Krankheitsnamen hat, und bei denen man überhaupt nicht weiß, ob sie schon Krankheit sind oder noch Gesundheit, gegenüber der verhältnismäßig kleinen Zahl gut definierter und mit Namen etikettierbarer Krankheiten. Beide, Gesundheit wie Krankheit, sind Ernährungsvorgänge.

Die nächstliegende Definition erscheint die: Krank ist, wer sich krank fühlt. Wenn ein Kind in der Wiege unmotiviert schreit, so hat es eben seine Motive. Aber es kann sein, daß ein Mensch, der ständig klagt, für das schärfste Auge keinen Anhalt zu einer Krankheit bietet, und es kann sein, daß bei einem Menschen, der nie klagt, nach seinem Tode die Gallblase voll Gallensteine oder im Gehirn ein Abszeß oder in der Lunge verheilte Tuberkelherde gefunden werden.

Ferner: Krankheit von der Veränderung gewisser Funktionen, z. B. der Körpertemperatur, abhängig zu machen, heißt statt eines Begriffes eine Beschreibung geben.

Eine allgemeine Definition der Krankheit gibt es nicht, weil Gesundheit wie Krankheit beide Ernährungsvorgänge sind. Eine Definition aus der Erfahrung heraus zu finden, ist aussichtslos. Erfahrungsgemäß läßt sich das, was Gesundheit ist, überhaupt nicht sagen; wohl aber läßt sich sagen: Hier besteht Krankheit. Damit ergibt sich dann auch die einzig mögliche Definition der Krankheit, nicht aus der Erfahrung heraus, sondern aus dem Erleben heraus: *Krankheit ist alles, was in irgend einer Hinsicht die Möglichkeit für ein Heilverfahren bietet.*

Wie kann es dazu kommen? Wie ist es überhaupt möglich, daß das Lebewesen krank werden kann?

Da haben Sie gleich den ersten Beweis dafür, daß die Wirklichkeitslehre, die ich versucht habe Ihnen darzulegen, Ihnen eine Handhabe bietet.

Die Tatsache, daß ein Lebewesen krank werden kann, ist Vorbedingung aller Heilkunde, und die Tatsache, daß ein erkranktes Lebewesen wieder gesund werden kann, eröffnet die Möglichkeit für die Heilkunde.

Darüber muß man sich ja klar sein: Krankheit verlangt nicht immer ein Heilverfahren. Es kommt oft genug vor, viel öfter vielleicht als wir denken, daß ein erkranktes Lebewesen, wie man sagt „von selber" gesund wird. Woher der verstorbene Prof. Schleich sein Bonmot gemünzt hat: „Mein Hausarzt ist adelig! Er heißt ‚von Selber'."

Wie ein Lebewesen von selber krank wird, so wird es von selber gesund.

Dieses „von selber" erhält Sinn und Bedeutung nur von einer rechten Weltanschauung aus. Weder in der geistig-dynamischen

Auffassung in ihren vier verschiedenen Arten, noch in der mechanisch-materialistischen Auffassung der Schulmedizin liegt irgend eine Möglichkeit des von selber Krankwerdens und des von selber Gesundwerdens. Wie soll Kraft krank werden? — Man sagt: Nicht sie wird krank, sondern der sie einhüllende Leib, dieses „grobe Kleid von Staub". Aber was kann Kraft denn anders bedeuten, als daß sie die Kraft hat, ihr Gehäuse zu schützen! Eine Kraft, die nicht schützen kann, ist keine Kraft! Die geistig-dynamische Auffassung von Krankheit steht mit sich selber im Widerspruch, indem es bei dieser Auffassung überhaupt gar nicht zur Krankheit kommen könnte.

Ferner: Ein rein physischer Mechanismus, eine Maschine, kann nicht krank werden. Bei ihm vollzieht sich jede Aenderung ausnahmslos nur auf äußere Einwirkung hin, von den äußeren Vorbedingungen aus; was soll da also für ein Unterschied sein zwischen dem physiologischen und dem pathologischen Gefälle der Lebenserscheinungen. Es ist alles Mechanismus, dem Gesetz von Stoff und Fall unterliegend.

So steht auch die mechanisch-materialistische Auffassung mit der Tatsache Krankheit im Widerspruch.

Nun die Tatsache des von selber Gesundwerdens.

Hätte die geistig-dynamische Auffassung mit ihrer Lehre von der Lebenskraft recht, so müßte ja diese Lebenskraft, wenn sie auch mal, sagen wir durch ein Versehen, durch ein Schlafen die Krankheit hat einschleichen lassen, doch auf jeden Fall imstande sein, die eingeschlichene Krankheit wieder herauszuwerfen, und ein Heilverfahren wäre überhaupt nicht nötig, auch das der Mrs. Baker-Eddy, des Herrn Coué usw. nicht.

Hätte hingegen die mechanisch-materialistische Auffassung recht, so wäre ein von selber Gesundwerden so unmöglich, wie es unmöglich ist, daß eine in Unordnung geratene Maschine aus sich selber heraus wieder in Ordnung kommt.

Mit beiden Weltanschauungen sind die Tatsachen Krankheit wie Selbstheilung unvereinbar.

Nun legen Sie aber den Maßstab der wirklichen Weltanschauung an diese beiden Tatsachen an, und Sie werden finden, daß beide gefügig werden und dem Gedanken folgen.

Wenn das Lebewesen restlos als Ernährungsvorgang begriffen wird, geht es restlos auf in seinem Spiel der Beziehungen, die sich

derart vollziehen, daß ein Ernährungsvermögen sich seiner Ernährungsmöglichkeit gegenüber betätigt.

Ich habe Ihnen klar zu machen versucht, daß dieses Ernährungsvermögen keine Kraft an sich ist, d. h. etwas, das selbstherrlich handelt, sondern eine Kraft, die mit gebundener Marschroute wandert, indem sie nur soweit wirkt, wie ihre Ernährungsmöglichkeiten reichen, sich ihren Ernährungsmöglichkeiten anpassen muß.

Dieses Ernährungsvermögen ist Kraft; denn sie hat die Kraft der Richtungsänderung, wie ein jeder es in der Entschlußkraft erleben kann, aber sie ist eine Kraft, die bei jeder Richtungsänderung sich selber mitrichtet und somit verantwortlich zeichnet für das, was sie angerichtet hat.

Jeder Ernährungsvorgang ist ein Angleich-(Assimilations-)Vorgang. Hier haben wir es nicht mit der fertigen Tatsache Subjekt (Geistig-Dynamisches) noch mit der fertigen Tatsache Objekt (Mechanisch-Materialistisches) zu tun, sondern mit einem ständigen Sich-Aufeinander-Abstimmen. Wir haben es hier nicht mit einem Blatt Papier mit einer Seite zu tun, sondern es ist wie beim Heiraten oder wie bei einem Schachspiel oder bei einem Gespräch: ein Sich-Aufeinander-Abstimmen, wobei dann die Möglichkeit der *Verstimmungen* schon in der Anlage mitgegeben ist.

Nun könnte man sagen: Die Definition für Krankheit ist geistkörperliche Verstimmung. Aber das wäre nicht richtig. So wenig wie eine Wolke, die über die Sonne huscht, schon schlechtes Wetter macht, so wenig macht schon eine Verstimmung an sich Krankheit. Es gibt eben keine Grenzen zwischen Gesundheit und Krankheit; die Grenzen zwischen beiden sind durchaus labil, wie die zwischen Licht und Dunkelheit.

Wäre jede geistkörperliche Verstimmung schon Krankheit, so wäre einer, der verstimmt die Stirn runzelt, oder bei dem eine Blähung im Darm ihren Weg nicht finden kann usw., schon der Krankheit und damit der Möglichkeit eines Heilverfahrens verfallen. Krankheit ist Verstimmung im Sinne eines ungenügenden Ausgleichs zwischen Ernährungsvermögen und Ernährungsmöglichkeiten; aber Gesundheit ist keine Tatsache, sondern ein lebendiger Vorgang, hat als solcher eine Schwingungsamplitüde. Und nicht jede Verstimmung schlechthin ist Krankheit, sondern die Verstimmungen müssen ein gewisses Maß überschritten haben, um von ihnen sagen zu können: Jetzt ist Krankheit da!

Das ist der erste Erfolg einer wirklichen Weltanschauung: Sie ergibt ein Verständnis für die Möglichkeit von Krankwerden und wieder Gesundwerden. Alles Leben ist ein Sich-Angleichen, Sich-Abstimmen, das die Möglichkeit des Verstimmens und des sich wieder Umstimmens in sich trägt.

Wie gestaltet sich nun die Sache bei den Krankheiten, die ihren Hausarzt, den Herrn „von Selber" nicht bei sich haben, sondern ein Heilverfahren verlangen?

Wie gestalten sich die Möglichkeiten eines Heilverfahrens beim Ernährungsvorgang?

Der Ernährungsvorgang ist das, was seine Vorbedingungen sowohl außen hat als Nahrung wie innen als Anlage, als Vermögen, und bei dem die innere Vorbedingung von der äußeren, der Nahrung her zu beeinflussen ist.

Damit ist alle mögliche Heilkunde in der Anlage gegeben, und zwar gegeben als eine Form der Ernährung, wissenschaftlich gesprochen: als ein Sonderfall der Ernährung. Eine Heilkunde, die nicht in irgend einem Sinne Form der Ernährung ist, ist keine Heilkunde, die dem Charakter der Wirklichkeit gerecht wird.

Nun kann man aber doch nicht abstreiten, daß die geistig-dynamische Auffassung sowohl der Christian Science usw. wie die mechanisch-materialistische Auffassung der Schulmedizin ihre Heilerfolge hat; unter Umständen große Heilerfolge.

Das soll auch nicht abgestritten werden; aber auch hier zeigt sich die Kraft der Wirklichkeit, indem sie diese Möglichkeiten mitbegreifen lehrt.

Ernährung als geistkörperlicher, kraftstofflicher Vorgang ist etwas, an dem sich Mitte und Grenzwerte einerseits zur Kraft hin, anderseits zum Stoff hin unterscheiden lassen; wohlgemerkt, nicht derart, als ob hier nun Kraft und Stoff aus der Mitte Ernährung sich abspalteten; das gibt es nicht! Es gibt nur Ernährung; sondern derart, daß Ernährung einerseits einen Grenzwert hat, in dem der Kraftgehalt überwiegt, und anderseits einen Grenzwert hat, in dem das Stoffliche überwiegt. Etwa wie bei einer Flamme es einen Grenzwert gibt, in dem das Geistig-Stoffreie überwiegt (das farblose, innere Teil der intensivsten Glut) und das äußere, stofflich verunreinigte Teil, in dem die Flamme in Ruß übergeht. Aber beides sind nur Grenzwerte eines und desselben Dinges, der Flamme. Ich gebe ein weiteres Beispiel: die Liebe. Liebe mag sich darstellen

als die übergeistige Tatsache einer religiösen *Unio mystica*, sie mag sich aber auch darstellen als der krasse geschlechtliche Mechanismus, wie er zwischen den Zeugungsteilen sich abspielt. Beides sind Grenzwerte ein und derselben Sache, eben der Liebe, die ihrem Wesen nach durchaus nichts ist als Hunger, d. h. als ein Sonderfall der Ernährung. Beides ist Hunger, die *Unio mystica* ebensogut wie der Mechanismus des Geschlechtsaktes, nur im ersteren Fall Hunger nach der Grenze des Geistigen hin verschoben, im letzteren Fall Hunger nach der Grenze des Mechanischen hin verschoben.

Aus dem Kraftstoff, der erfahrungsgemäßen Mitte Ernährung geht es nicht in immer weiterer Verfeinerung in das rein Geistige, die Kraft, wie Mrs. Baker-Eddy und die Theosophie und Anthroposophie meinen, sondern aus der erfahrungsgemäßen Mitte Kraftstoff geht es in jenen Grenzwert, in dem der Ernährungsvorgang sich selber mitbegreift: als *Begriff*. Der Begriff ist das Ende der erträumten Fahrt in das Land des rein Geistigen.

Ein entsprechender Vorgang vollzieht sich in umgekehrter Richtung ins Stoffliche hinein. Auch hier kein Uebergang ins rein Stoffliche, sondern nur der Uebergang in jene Form der Ernährung, in dem sie sich dem rein Stofflichen als einem Grenzwert nähert, aber ihn nie erreicht. Ernährung bleibt immer Ernährung, Kraft-Stoff, nur daß es Gebiete gibt, in denen einerseits das Kraftgemäße, Begriffliche überwiegt, anderseits das Stoffgemäße.

Aus diesen beiden Grenzwerten ergibt sich die Möglichkeit für das Verständnis der Christian Science und Coués usw. einerseits, für die Auffassung der Schulmedizin anderseits. Und es ergibt sich hiermit auch die Möglichkeit für ihre Erfolge, vorausgesetzt, daß sie da angewandt werden, wo sie hingehören.

Die geistig-dynamische Auffassung der Mrs. Baker-Eddy usw. entspricht etwa dem physiologischen Grenzfall, daß ein Mensch einen Sprung in die Luft macht und damit eine Kraft vortäuscht in der Form des sich selbstherrlich Erhebens. Das ist aber nichts als ein Sonderfall der Ernährung. Die Auffassung der Schulmedizin entspricht dem physiologischen Grenzfall, daß ein Mensch infolge irgend welcher äußeren Umstände, z. B. im Schlaf oder durch ein Unglück, der Fallbewegung verfällt. Wie er durch den Sprung in die Luft noch keine reine Kraft wird, so wird er durch den Fall noch kein toter Stoff, sondern auch das ist nichts als ein Sonderfall, wie er bei einem Ernährungsvorgang sich ereignen kann. Und

was Coué betrifft, so ist ja ohne weiteres klar, daß da, wo Wirklichkeit als Ernährungsvorgang begriffen ist, Einbildung nicht Einbildung schlechthin bleibt, sondern zu einer wirklichen Ein-Bildung, einem schöpferischen, streng poetischen Vorgang wird. Es fragt sich nur, ob dieser Vorgang der Wirklichkeit entspricht; denn nicht auf den schöpferischen Bildungsakt an sich kommt es an, sondern auf seinen Einklang mit der Wirklichkeit. Es gibt auch fehlerhafte Bildungen, Halluzinationen, Geisteskrankheiten, Täuschungen, Irrtümer usw.

Die Wirklichkeitslehre, wie ich sie hier zeige, braucht die geistig-dynamische Heilmethode in ihren vier Arten nicht zu verwerfen, sie begreift sie mit als Sonderfall der Ernährung; sie braucht die mechanisch-materialistische Heilmethode der Schulmedizin nicht zu verwerfen, sie begreift sie mit als Sonderfall der Ernährung, und gleichzeitig weist sie beiden ihr Wirkungsbereich an.

Die Krankheiten, die das wirkliche Gebiet der sogenannten geistig-dynamischen Heilmethode ausmachen, nenne ich die *Begriffskrankheiten*, und die Krankheiten, die das wirkliche Gebiet der sogenannten Schulmedizin ausmachen, mit Recht ausmachen, nenne ich *Gefälle-Krankheiten*; beides aus Gründen, die ich im vorigen genügend klargelegt habe.

Begriff, in Wahrheit nichts als Phase der Ernährung, ist das scheinbar geistig-dynamische Moment, das die Außenwelt auf ihr Wesen hin bewertet. Begriffskrankheit nenne ich alles, was in einer falschen Bewertung der Außenwelt besteht, einer Bewertung, die von der allgemeinen, gesunden Bewertung weit genug abgerückt ist, um als krankhaft angesprochen werden zu können. Auch hier, wie überall in der Ernährung, bestehen keine festen Grenzen, erst wenn ein gewisses Maß überschritten ist, kann man sagen: Jetzt ist ein krankhafter Zustand da.

Es ist das weite Gebiet der Neurosen, das ich hier meine; denn letzten Endes ist der Neurotiker nichts anderes als ein Mensch, der die Wirklichkeit falsch bewertet und dementsprechend falsche Schlüsse, verstandesgemäße wie willens- und gefühlsgemäße zieht, die als solche für ihn allein bindend sind und ihn in Zwangslagen versetzen, denen andere als völligen Unverständlichkeiten gegenüber stehen.

Daß die ganze Fülle des empirischen Lebens von den Neurosen betroffen werden kann, das ergibt sich daraus, daß ja tatsächlich

das ganze empirische Leben des Einzelnen vom Begriff abhängig ist, entsprechend dem Wort des Epiktet: „*Commovent homines non res sed de rebus opiniones.*“

Es ist wie bei einem Lotus, dessen sichtbare Blume sich auf einem unter dem Wasser befindlichen unsichtbaren Stengel schaukelt. Diesem unsichtbaren Stengel gleicht der Begriff, auf dem die ganze vielfarbige Blume des empirischen Ich sich schaukelt. Dieser Begriff, dieser Wertmesser aller Werte ist das, was beim Neurotiker erkrankt ist, und es fragt sich: Ist die Behandlung der Mrs. Baker-Eddy, des Herrn Coué usw., deren Gebiet durchaus das der Begriffskrankheiten ist, hier das Richtige?

Wie gezeigt, läuft diese Behandlung auf ein fiktives Verfahren hinaus, auf jener falschen Weltanschauung beruhend, die im Leben eine Kraft an sich sieht, d. h. ein Etwas, das selbstherrlich, kraft eigener Kraft wirkt und, gleich Münchhausen, der sich am eigenen Zopf hochzieht, sich selber rücksichtslos gegen alle wirklichen Vorbedingungen durch einen selbstherrlichen Akt von der Krankheit befreien soll.

Aber der Begriff ist keine Kraft, sondern Grenzfall der Ernährung, und beizukommen ist ihm, wie allen andern Vorgängen auch, nur von der Ernährung aus.

Fiktion durch Fiktionen heilen, das ist keine wirkliche Heilung. Eine Fiktion, die nach der Methode der Mrs. Baker-Eddy und Coués durch eine andere, noch so wirksame Fiktion geheilt wird, die hält den Geheilten in dem fiktiven Zustand und läßt ihn in der beständigen Gefahr schweben, das Heilergebnis zu verlieren, sobald der Gedanke, dem er seine Heilung verdankt, seine Wirkungskraft verliert. Ein solcher Geheilter ist geheilt nur dadurch, daß und solange als er in der Hörigkeit der heilenden Gedanken bleibt. Er mag einen schweren Fall tun, wenn diese Hörigkeit absichtlich oder unabsichtlich verloren geht.

Die Heilung, die auf diesem fiktiven Wege geboten wird, die Anforderung, daß der Begriff sich eigenmächtig aus sich selber heraus wieder in die rechte Bewertung der Wirklichkeit umstellen soll, das ist sozusagen eine Heilung unter Kurzschluß mit allen Gefahren des Kurzschlusses, des geistigen wie des physischen. Der richtige Weg der Heilung geht über die Ernährung. Das begriffliche Grenzgebiet, das sozusagen den lebendigen Kontakt mit dem breiten Ernährungsstrom verloren hat, muß von der Ernährung in ihren

drei Formen aus wieder in diesen hineinbezogen, von ihm durchpulst werden. Nicht eine andere Fiktion, sondern die Umstellung der geist-körperlichen Ernährung, das ist der Heilweg für den Neurotiker. Dieser Weg ist freilich viel, viel langsamer; aber er ist der wirkliche, und man bedenke immer: Wachstum will Zeit haben. Alle Wunderheilungen, auf die, scherzhaft gesprochen, gewartet werden kann wie auf die Semmeln beim Bäcker, die sind mir verdächtig, anrüchig, unheimlich. Die weise ich ab und bin immer gern bereit, das Wunderschnelle der Gründlichkeit der Wirklichkeit zu opfern.

Ein Neurotiker, der z. B. nicht auf der Bahn fahren kann, der nicht einen freien Platz überschreiten kann, der in einer Straße nur gehen kann, wenn er andere Menschen darin sieht, widrigenfalls er meint, ersticken zu müssen, ein Neurotiker, der in seinen Verwandten seine Feinde sieht, der den ihm gefährlichen Luftzug durch die dicksten Mauern verspürt, der sich nicht oft genug versichern kann, ob die Tür abgeschlossen ist, der immer Eifersüchtige, der Selbstmordsüchtige, der Mensch, der sich selber nie genug tut, der an Minderwertigkeitsgefühlen leidet usw. usw., der kann wirklich nicht unmittelbar vom Begriffsleben, durch Umstellung des Begriffslebens geheilt werden, sondern durch Umstellung des ganzen geist-körperlichen Ernährungsvorganges. Der Begriff darf nicht über sich selber hinaus angepeitscht werden, sondern er muß anders ernährt werden. Die fiktive, nach Art einer Wunderheilung geschaffene Sicherheit des Neurotikers: „Von heute ab unterliege ich diesem Selbstzwang nicht mehr!“ das ist keine Heilung, das ist eine nachtwandlerische Sicherheit, der stets der Sturz aus der Höhe droht.

Im Geistesleben des sogenannten Genies läßt sich sicherlich manches finden, was hierher gehört. Ich denke im Augenblick gerade an Tolstois Ende, seine plötzliche Flucht aus dem eigenen Haus und seinen elenden Zusammenbruch. Das ist eben der Zusammenbruch eines Nachtwandlers, der sich durch fiktive Kräfte lange in seiner Höhe gehalten hat und der schließlich doch den entscheidenden Sturz tut, weil im letzten Moment die Fiktion versagt.

Aus allem, was ich hier gesagt habe, geht hervor, daß die Neurose kein Gebiet ist, auf dem man von Arzneien Sonderliches erwarten kann. Ich entsinne mich nicht, beim Neurotiker je durch Arznei wirkliche Erfolge erzielt zu haben. Arznei paßt eben da, wo der

Strom der Ernährung mit seiner lebendigen Symptomatik kreist, nicht aber hier in diesem Grenzgebiet, das sich selbsttätig auf Grund irgend eines unscheinbar einsetzenden *Circulus vitiosus* aus diesem Ernährungsstrom ausgeschieden hat.

Die Neurosen in ihrer unendlichen Mannigfaltigkeit nehmen das ganze obere, geistige Grenzgebiet des Ernährungsvorganges ein. Eine andere Krankheitsgattung als die Neurosen kenne ich hier nicht, einfach deswegen, weil es einen anderen Wert als den Begriff hier nicht gibt, und weil ich alles den Begriff betreffende Krankhafte „Neurose" nenne. Ueber die Zweckmäßigkeit des Ausdruckes mag gestritten werden; immerhin muß man sich bedenken, ehe man einen so bekannten und gut eingeführten Begriff durch eine Neubildung ersetzt.

Nicht so einheitlich liegt die Sache im andern Grenzgebiet des Ernährungsvorganges, dem unteren, stofflichen und den ihm angehörenden Gefällekrankheiten.

Unter Gefälle-Krankheiten rechne ich alle Krankheiten, die auf der Neigung zu Ablagerungen beruhen, d. h. Krankheiten, bei denen der Ernährungsstrom sich soweit verstofflicht und damit verlangsamt hat, daß er Schlacken und Schlamm absetzen kann. Die Gicht, die Steinkrankheit, die harnsaure Diathese im weitesten Sinne sind Gefällekrankheiten, bei denen es freilich möglich sein könnte, daß sie alle miteinander, so weit sie nicht vererbt sind, auf ein ursprüngliches Gefälle zurückgehen: nämlich auf die Senkung der Magenwand, hervorgerufen durch anhaltende zu reichliche Mahlzeiten. Ich rechne ferner zu den Gefälle-Krankheiten alle gangränösen Leiden, das *Ulcus cruris*, Herzfehler im Stadium der Insuffizienz, alle Arten Wassersucht, Sklerose, Varicen, Hämorrhoiden und wohl noch manches andere, das mir eben nicht einfällt.

Auch die geheimnisvolle Krankheit, den Diabetes, rechne ich zu den Gefällekrankheiten. Ebenso rechne ich dazu die noch geheimnisvollere Krankheit, die heilige Krankheit, den *Morbus sacer* der Alten: die Fallsucht, die Epilepsie.

Den ersten Hinweis auf diesen ihren Gefälle-mäßigen Charakter ergab mir die überraschend schlechte Zugänglichkeit dieser Krankheit für homöopathische Medikamente. Hier handelt es sich eben meiner Ansicht nach um eine Krankheit, die ganz in das stoffliche Grenzgebiet des Ernährungsvorganges zu liegen kommt, und bei der der scheinbar nervöse Charakter des Leidens nicht auf einem

Reizzustand irgend einer umschriebenen Stelle der Gehirnrinde beruht, sondern im Gegenteil auf der mechanischen Unterdrückung und Ausschaltung dieser Stelle durch irgend einen Gefälle-Vorgang, der diese Stelle so lange unter Druck hält, bis sie, nach Art eines Geisers, in der Explosion des Anfalls sich Luft schafft.

Welcher Art dieser Gefälle-Vorgang ist, der die normale Tätigkeit irgend einer Stelle der Gehirnrinde lahmlegt, darüber habe ich freilich auch keine Vorstellung; aber zu dieser Vorstellung paßt das, wie beim Geiser, oft typische Auftreten der Epilepsie. Alles Typische ist in irgend einem Sinn Zeichen einer versteckten Physicität, wo die Homöopathie, wenn sie auch nicht ganz unwirksam ist, so doch so ungenügend faßt, ebenso wie im Gebiet der Neurosen.

Alle Gefälle-Krankheiten, der Diabetes, die Gicht erweisen sich in ihrer stofflichen Natur durch die Tatsache der Vererbbarkeit von den Eltern her. Gicht und Diabetes allein durch Medikamente heilen kann man nicht, es gehören dazu Umstimmungen in dem ganzen Ernährungsvorgang. Und gerade bei der Gicht ist ja auch die eigentliche diätetische Heilmethode zuerst als vollwertiger Heilfaktor anerkannt worden.

Man kann, wenn man will, die Begriffskrankheiten als ein zu schnelles, sozusagen vorschnelles, voreiliges Tempo im Ernährungsstrom deuten, bei dem dann leicht falsche Bewertungen mit unterlaufen können, wie bei jedem zu hastigen Arbeiten Fehler mit unterlaufen. Man kann, wenn man will, die Gefällekrankheiten als ein zu langsames Tempo im Ernährungsstrom deuten, eben das Tempo, in dem „dieser Erdenrest, zu tragen peinlich" sich durch seine peinlich-verlangsamende Wirkung bemerkbar macht. Bei all diesem muß man indessen bedenken, daß eine Gefällekrankheit nicht durchaus und allein eine Gefällekrankheit zu sein braucht, sondern daß sie von lebendiger Symptomatik durchsetzt sein mag, die immer noch die Möglichkeit einer wirklichen Heilmethode schafft. Ist das nicht mehr der Fall, ist alle lebendige Symptomatik zum Schweigen gekommen, so ist das freilich das Gebiet, auf dem die Schulmedizin mit ihren massiven bzw. narkotischen Dosen am Platz ist.

Auf Einzelheiten einzugehen, ist hier nicht der Platz. Und es bleibt nunmehr die breite Mitte übrig, in der die große Masse aller übrigen Krankheiten verläuft, die ich die Ernährungskrankheiten im eigentlichen Sinne nenne.

Als reine Ernährungskrankheiten kennzeichnen sie sich auch äußerlich dadurch, daß sie nicht endogener Natur sind wie die Begriffs- und die Gefälle-Krankheiten, sondern durch Aufnahme irgend einer äußeren Schädlichkeit, belebter oder unbelebter, entstanden sind.

Hierher gehört das Heer der akuten Infektionskrankheiten, einerlei, ob sie als solche etikettiert werden (Pneumonie, Typhus usw.) oder nicht (die Erkältungskrankheiten, die Magen-Darmstörungen usw.).

Die chronischen Ernährungskrankheiten zeigen sich in unserem Kulturkreis als das große Trio von Syphilis, Tuberkulose und Karzinom. In anderen Kulturkreisen kommen andere Krankheiten, z. B. die Lepra, noch hinzu, für die als einheimischer Ersatz vielleicht die Psoriasis zu nennen ist.

Auch die chronisch gewordene Malaria, die ihren typischen Charakter verloren hat, gehört hierher. Die akute Malaria, die noch den reinen Typus zeigt, ist meiner Ansicht nach, wie jede in periodischen Anfällen auftretende Krankheit, unter die Gefällekrankheiten zu rechnen. Daher der große Unterschied in der Behandlung. Im akuten, typischen Stadium verlangt sie massive Dosen wie jede Gefällekrankheit, in erster Linie Chinin, nachher hingegen, wenn der Typus sich verwischt und der chronische Zustand eingetreten ist, wird sie zu einer reinen Ernährungskrankheit und damit auch einer entsprechenden Therapie zugänglich.

Es bleiben nun noch diejenigen Krankheiten übrig, die als Ernährungskrankheiten eingesetzt haben und durch falsche Behandlung, durch gewaltsame Unterdrückung ihrer natürlichen Bedürfnisse, wie sie sich in der Symptomatik äußern, zu Gefälle-Krankheiten geworden sind.

Hierher rechne ich viele Fälle von *Tabes dorsalis*, von multipler Sklerose, von Berufs-Lähmungen, von Gehirn- und Rückenmarks-Paralyse, die Geisteskrankheiten, mögen sie als falsch behandelte Syphilis oder als falsch behandelte andere Ernährungskrankheiten entstanden sein, ferner die Schrumpfniere und Schrumpfleber.

Der Vollständigkeit halber führe ich hier gleich auch die Krankheiten an, die ausschließlich Ernährungskrankheiten sind, aber im negativen Sinne, durch Ausfall gewisser notwendiger Ernährungsstoffe entstanden. Man nennt diese Krankheiten heute zusammenfassend die Avitaminosen: Skorbut, Beriberi, Rhachitis, gewisse

Haut- und Haarkrankheiten. Ich werde später darauf zurückkommen. Im folgenden sind sie, wenn von Ernährungskrankheiten gesprochen wird, nicht mit eingeschlossen.

Aus dem bisher Gesagten geht hervor, daß das, was ich die Ernährungskrankheiten nenne, sich von den Begriffs- und Gefälle-Krankheiten durch ihre lebendige Symptomatik unterscheidet.

Das Spiel der geistkörperlichen Lebensvorgänge ist das, in dem der gesunde Organismus sich selber unterhält. Nennen wir das die Symptomatik des gesunden Organismus. Auch hier besteht kein grundlegender Unterschied zwischen gesundem und krankem Organismus. Auch beim kranken Organismus ist die Symptomatik das, in dem er sich unterhält — kurz: das Symptom bei den Ernährungskrankheiten ist immer Lebenssymptom, und als solches hat es immer die Anlage zur Heilung in sich.

Vom Fieber weiß man das seit geraumer Zeit, aber auch heute noch ist diese Kenntnis dumpf, und es wird oft gegen sie gesündigt. Aber weshalb soll denn das Fieber allein Heilsymtom sein? Nein: das ganze Heer der übrigen Symptome, vor allem der Schmerz, ist es auch. Der Schmerz ist Heilbestreben. Schlaflosigkeit ist Heilbestreben. Hautjucken ist Heilbestreben. Angst ist Heilbestreben. Atemnot ist Heilbestreben. Ein Ausschlag ist Heilbestreben. Uebelkeit, Durchfall usw. usw. sind Heilbestrebungen.

Wenn man sich zu dieser Einsicht durcharbeitet, so wird man mit andern Augen auf das Verfahren der Schulmedizin sehen, deren Haupttätigkeit in therapeutischer Beziehung die Beseitigung der Symptome ist. Schmerz muß gehoben werden. Schlaflosigkeit muß gehoben werden. Die Angst im Herzanfall muß gehoben werden. Verstopfung muß gehoben werden usw. Ich will nicht abstreiten, daß es Fälle gibt, in denen dieses alles einmal nötig werden kann, aber der Regel nach ist es nicht der Fall. Dieser blinde Kampf gegen die Symptome, wie die Schulmedizin mit der chemischen Großindustrie als *vis a tergo* ihn führt, beruht auf einer falschen Weltanschauung, die den erkrankten Organismus überhaupt nicht zu Worte kommen läßt. Man schafft dem Kranken eine kurze Erleichterung, die er vielleicht mit dauerndem Siechtum bezahlen muß; ein großes natürliches Erbe, die Möglichkeit der Selbstheilung wird dahingegeben für das lumpige Linsengericht einer beschwerdefreien Stunde. Es ist gerade der Schmerz, die Schlaflosigkeit, die Angst usw., in denen der Organismus Symptomatik

treibt, d. h. sich lebendig erhält, und in denen seine Genesungsmöglichkeit sich äußert.

Ich gebe als Beispiel den Sklerotiker, der neben seinen Gefälle-Symptomen im Anfang reichlich lebendige Symptome zeigen mag, an denen ein Heilvorgang einsetzen kann. Nun beobachte man den fortschreitenden Vorgang, wenn der Fall zur Verschlechterung geht; immer weiter fortschreitende Verengung der lebendigen Symptomatik, d. h. der natürlichen Beschwerden mit fortschreitender Stumpfheit und Verschlimmerung der toten Symptomatik. Je kleiner die Zahl der lebendigen Symptome, um so geringer die Aussicht auf Heilung.

Ich gebe als weiteres Beispiel die Syphilis.

Bei dieser Krankheit heißt es in Wahrheit: Sünde gebiert Sünde! Wohl bei keiner Krankheit wird so viel gegen den Geist der Heilung gesündigt wie bei dieser Krankheit, die aus der Sünde stammt. Bei keiner Krankheit wird das lebendige Symptom so brutal mißhandelt wie hier. Der Arzt sieht in der möglichst schnellen Beseitigung des Symptoms die Heilung oder doch den Weg zu ihr, und der Kranke ist nur zu geneigt, ihm zu folgen, weil er vor allem die ihn gesellschaftlich kompromittierenden Symptome beseitigt haben will. So hat man denn bald einen glatten Körper und einen unheilbar Kranken. Diese Krankheit muß ausblühen; wer den Prozeß des Aufblühens stört, der begeht ein Verbrechen. Im Gegenteil muß dieser Prozeß durch Ruhe, Bettwärme, knappe Diät, Beförderung der Verdauung unterstützt werden. Das aber wird nicht eher möglich sein, ehe nicht der Erkrankte den Mut aufbringt zum Bekenntnis seiner Krankheit. Und das wird Sache der Erziehung sein.

Ich gebe als weiteres Beispiel den Neurotiker, der zum unheilbar Geisteskranken sich entwickelt. Im Anfang, d. h. im rein neurotischen Stadium, eine Fülle verschiedenartiger Symptome, denen freilich die Tendenz zur Selbstheilung abgeht. Später eine immer weitere Verengung des Symptombildes. Ein Neurotiker, der bisher von hundert Plagen geplagt wurde, stellt sich einseitig auf eine Verdächtigungsmanie ein in dem Sinne, daß er meint, andere planen etwas gegen ihn. Aus ihr wird offener Verfolgungswahn. Damit mag ein Schwinden aller früheren Beschwerden Hand in Hand gehen. Der Kranke rühmt seine körperliche Rüstigkeit und mit Recht; er hat mehr physische Kraft, mehr Verstandeskraft,

mehr geistige Energie; sein Geist hat nie so schnell, seine Logik nie so scharf gearbeitet. Er könnte seinen eigenen Verteidiger machen. Er hält Reden gleich Demosthenes, er deduziert gleich Sokrates und das alles unter mittlerweile eingetretener unheilbarer Verrücktheit; unter allem Ungeheuerlichen, was das Ungeheuer Mensch aus seinen Abgründen auswerfen kann, vielleicht das Ungeheuerlichste!

Das Tier treibt keine Krankheits-Symptomatik. Es ist gesund und tot. Erst beim Haustier setzt so etwas wie Krankheits-Symptomatik ein. Diese Symptomatik ist der Vorzug des Menschen, und sie nur dazu zu benutzen, um sie totzuschlagen, das heißt ihren Sinn nicht verstehen.

Nun wäre es aber viel zu weit gegangen, jedes Symptom schlechthin als Heilvorgang zu bezeichnen und somit jedes Verfahren der Schulmedizin als falsch zu erklären. Ein Symptom muß Ausdruck eines lebendigen Ernährungsvorganges sein, um seine Funktion als Heilvorgang üben zu können.

Die Symptomatik der Gefällekrankheiten ist eine tote. Ein Epileptiker heilt sich nicht in der Symptomatik der einzelnen Anfälle; eher könnte das Gegenteil der Fall sein: sie verschlimmert sich durch die Häufigkeit der Anfälle, und es setzt ein *circulus vitiosus* ein. Ein Gangrän heilt sich nicht im gangränösen Herd; ein Gallensteinleiden heilt sich nicht in der Bildung von Gallensteinen usw. In solchen und den entsprechenden Fällen setzt die Berechtigung der Schulmedizin ein, gegen die Symptome mit der Massengabe vorzugehen.

Nun bedenke man aber anderseits, daß eine Krankheit, die ihrem Charakter nach zu den Gefälle-Krankheiten gehört, z. B. Gallensteinbildungen, deswegen noch nicht der Schulmedizin, d. h. dem therapeutischen Massenverfahren verfallen zu sein braucht. Die Gefälle-Erscheinung, in diesem Fall die Steinbildung, mag durch so viel lebendige Erscheinungen durchsetzt sein, daß diese eine viel bessere Handhabe zu einem Heilverfahren bieten als Gefälleerscheinungen. Die großen Erfolge der homöopathischen Behandlung gerade bei Gallensteinen erweisen das. Und weil z. B. die Epilepsie meist gar keine lebendigen Symptome darbietet, weil sie sich symptomatisch meist nur in dem reinen Gefälle, der Fallsucht abspielt, deswegen hat hier der Regel nach keine andere Heilkunde eine Handhabe als die Schulmedizin mit ihren Anfall-Unterdrük-

kungsmitteln, Brom, Luminal usw., und wenn eine wirkliche Heilmethode hier doch hin und wieder eingreifen kann, so kann es nur in jenen seltenen Fällen sein, in denen das tote Symptom, der Anfall, von der nötigen Anzahl lebendiger Symptome begleitet ist.

Das Entsprechende vollzieht sich im Bereich der Begriffskrankheiten. Auch hier ist das Symptom nicht Heilvorgang. Beim Neurotiker ist die neurotische Vorstellung nicht Selbst-Heilvorgang des Organismus, sondern sie mag, ähnlich wie beim Epileptiker der Anfall, eher einen *circulus vitiosus* eröffnen. Hier kann man allerdings nicht beim Symptom einsetzen, sondern man muß, über das einzelne hinweggehend, den ganzen Menschen von einer Umstellung seiner gesamten geistkörperlichen Ernährung zu fassen suchen.

Ich fasse abschließend zusammen:

Auf Grund der vorgetragenen Wirklichkeitslehre, die den lebendigen Organismus als einen geistkörperlichen Ernährungsvorgang zeigt mit geistigem Grenzgebiet nach oben hin, mit stofflichem Grenzgebiet nach unten hin, zerfallen alle Krankheiten in: erstens die Begriffskrankheiten (Neurosen), zweitens die Gefällekrankheiten, d. h. die Krankheiten, in denen der Strom der Ernährung nur noch so langsam kreist, daß die Gesetze der Schwerkraft die Ueberhand gewinnen, und drittens die breite Masse der eigentlichen Ernährungskrankheiten.

Die Begriffskrankheiten sind nur scheinbar das Gebiet einer geistig-dynamischen Heilmethode, dem entsprechend, daß der Begriff ja auch nur scheinbar ein rein Geistiges ist, sondern in Wahrheit ein Sonderfall der Ernährung. Die Begriffskrankheiten verlangen nicht heilende Fiktionen und Suggestionen, sondern eine Umstellung der Ernährung in allen ihren drei Formen. Einer Arznei sind diese Krankheiten wenig zugänglich.

Die Gefälle-Krankheiten sind das eigentliche Gebiet der Schulmedizin. Sie verlangen massive Dosen, mechanische Anstöße und eine eventuell gewaltsame Unterdrückung des Symptoms. Der Fehler der Schulmedizin besteht nur darin, daß sie dieses ihr zukommende Gebiet überschreiten und ihre Methode auf alle drei Krankheitsgattungen, besonders auf die Ernährungskrankheiten übertragen will.

Verleitet wird sie hierzu unter anderem dadurch, daß diese drei Krankheitsgattungen nichts definitiv Festgelegtes sind, sondern, entsprechend dem Charakter aller Ernährung, labil sind. Es mag

sein, daß eine reine Ernährungskrankheit wie die Syphilis durch die besondere Art der Behandlung zu einer Gefälle-Krankheit wird mit all dem unsäglichen Elend, das sich hierbei gleichzeitig entwickelt, und das das schwere Geschütz der Schulmedizin nötig macht. Ich möchte aber soweit gehen zu behaupten, daß eine frische Syphilis, als Ernährungskrankheit behandelt, wie es ja auf Grund ihrer reichen Symptomatik das Gegebene ist, nie in das hier so schreckliche Stadium einer Gefälle-Krankheit überzugehen braucht.

Die ganze Masse aller Krankheiten, die nicht Begriffs- oder Gefällekrankheiten sind, sind die Ernährungskrankheiten. Es sind das die Krankheiten, bei denen die Symptomatik gleichzeitig Ausdruck eines Heilstrebens ist.

Es fragt sich: Bedürfen dann die Ernährungskrankheiten überhaupt einer Behandlung? Tut hier die Selbstheilkraft des lebendigen Organismus nicht alles allein?

Die seinerzeit berühmte exspektative Methode der Wiener Schule hat sicher eine große Berechtigung, sicherlich eine viel größere als die Methode des schweren Geschützes bei jeder Gelegenheit. Aber wie die Ernährungsmöglichkeiten, so haben auch die Selbstheilungsmöglichkeiten des erkrankten Organismus ihre natürliche Grenze, die wir freilich im einzelnen Fall nicht kennen, von der wir aber wissen, daß sie da ist. Ist diese Grenze überschritten, so wird das Symptom aus dem Selbstheilungsvorgang zum Notsignal des erkrankten Organismus, durch welches er um Hilfe ruft. Und hier fragt es sich nun: Gibt es eine Heilmethode, die diesem neuen Sinn der Symptomatik gerecht wird?

Da wo dieser neue Sinn der Symptomatik einsetzt, wo also die Grenze der Selbstheilungsmöglichkeit überschritten ist, kann man das Symptom, ebensogut wie ich es eben Notsignal nannte, auch eine Hungererscheinung nennen. Und schon jetzt wird man von einer wirklichen Heilmethode so viel sagen können, daß sie in irgend einem Sinne nach dem Schema der Ernährung arbeitet. Nur so kann sie der höchsten Funktion aller Heilkunde, der Beeinflussung der Anlagen, gerecht werden.

Weder die sogenannte geistig-dynamische Heilmethode der Mrs. Baker-Eddy und Coués, noch die materialistische Heilmethode der Schulmedizin kümmern sich um die Anlage. Bei den geistigen Wunderheilungen fragt man nicht nach der Anlage, und bei dem gegen

die Symptome gerichteten Heilverfahren der Schulmedizin alten Schlages auch nicht, im ersteren Fall, weil man es im erhabenen Geistesflug nicht nötig hat, im letzteren, weil man das verbindende Band zwischen den sehr ausgiebigen Untersuchungen über die Anlage und der Therapie nicht finden kann.

Dieses verbindende Band ergibt sich ohne weiteres nur bei einer Heilmethode, die nach dem Schema der Ernährung arbeitet. Ernährung ist, wie gezeigt, das, bei dem die inneren Vorbedingungen, d. h. die Anlage von den äußeren Vorbedingungen, d. h. der Nahrung aus beeinflußbar ist.

Gibt es nun eine Heilkunde, die der Symptomatik des erkrankten Organismus gerecht wird, die die Notsignale, die er in Form der krankhaften Symptome von sich gibt, deuten und Hilfe bringen kann? Anders ausgedrückt: Gibt es eine *wirkliche* Heilmethode, die nach dem Schema der Ernährung arbeitet?

Damit trete ich auf die auffallendste, ja glänzendste Erscheinung innerhalb der modernen Heilkunde zu: die *Homöopathie*.

II.

Wohl nie ist eine Heilmethode so leidenschaftlich bekämpft, verdammt, gehaßt und verspottet worden wie die Homöopathie, und wohl nie hat eine Heilmethode trotzdem eine so zähe Anhängerschaft gefunden unter Aerzten und vor allem unter Laien wie sie.

Und diese Zähheit hat sich gelohnt; denn nach über hundertjährigem Bestehen vollzieht sich an dieser verspotteten und verhaßten Heilmethode das Wunder, daß sie eine Wiedergeburt, eine Renaissance erlebt, und zwar, ein doppeltes Wunder, daß diese Renaissance nicht von der Homöopathie und ihren offiziellen Vertretern, den homöopathischen Aerzten, sondern von den Vertretern der Schulmedizin, von Universitätsprofessoren ausgeht.

Die Namen der Professoren *Bier* in Berlin und *Much* in Hamburg sind es, an die in erster Linie die Renaissance der Homöopathie sich anschließt. Ich bemerke nebenbei, daß beiden das Mißgeschick passiert ist, daß sie die Homöopathie nicht verstanden haben; *Bier* hat dem Simile-Gesetz eine Deutung gegeben, durch die er freilich, wie er als offizieller Wissenschafter mußte, die Wissenschaft und ihr Wesen gerettet, den Hahnemannschen Gedanken aber hat verloren gehen lassen; ich hoffe, im Verlauf des Folgenden

Gelegenheit zu haben, hierauf zurückzukommen; und *Much* hat in seiner üblichen, überflüssig-geistreichen Weise alles so völlig auf den Kopf gestellt, daß auch nicht ein Stein auf dem andern geblieben ist; aber beiden gebührt das hohe Lob der Unvoreingenommenheit einer bisher gänzlich verpönten Sache gegenüber, deren Namen man sonst nicht einmal in den Mund nehmen durfte, ohne sich selber in Acht und Bann zu tun. Auf die Much'schen Arbeiten über Homöopathie hier näher einzugehen, erübrigt sich nach dem Gesagten.

Es ist bekannt, daß Prof. *Bier* mit seinem, als Broschüre herausgegebenen Vortrag „*Wie sollen wir uns zur Homöopathie stellen?*" den Stein ins Rollen gebracht hat.

Wenn man diese kleine, aber mutige Bekenntnisschrift liest, der man auf Schritt und Tritt anmerkt, daß sie aus wirklichen Erlebnissen entsprungen ist, so fragt man sich erstaunt: Wo steckt die Lebenskraft der Homöopathie, die es ihr möglich macht, selbst in dieser immerhin mißverstandenen Form einen solchen Einfluß auszuüben?

Da ich selber homöopathischer Arzt bin, so liegt es mir natürlich nahe, den Hauptnachdruck gerade auf diese Erscheinung innerhalb der Heilkunde zu legen, woher man meine hier etwas große Ausführlichkeit entschuldigen mag; aber auch abgesehen von dieser meiner persönlichen Beziehung zur Homöopathie, wird der Hahnemannsche Gedanke sich als etwas ergeben, das weltanschauerisch von höchster Bedeutung ist. Praktisch ergibt sich mit der Tatsache *Homöopathie* die Frage nach dem: *Was ist Krankheit* ihrem Wirklich-Wesenhaften nach? mit einer Dringlichkeit, die sich durch tote Abstraktionen nicht mehr abspeisen läßt.

In Anbetracht der Wichtigkeit des Gegenstandes gebe ich einiges biographische Detail.

Hahnemann wurde 1755 in Meißen geboren, er stammte aus armer, aber künstlerisch veranlagter Familie. Sein Vater scheint ein tüchtiger Mann gewesen zu sein, und sein Wahlspruch, bei allem was man hört und liest, sich nie ganz leidend zu verhalten, ist von seinem Sohn *Samuel Hahnemann*, dem Schöpfer der Homöopathie, in einer Weise in die Wirklichkeit umgesetzt worden, wie es der Vater sich wohl nicht hatte träumen lassen.

Bei den zahlreichen Geschwistern, die Hahnemann hatte, ist seine Jugend recht kümmerlich verlaufen, aber schon auf der

Schule konnten seine hervorragenden geistigen Fähigkeiten seinen Lehrern nicht verborgen bleiben.

Indessen letzten Endes ist die hervorragendste geistige Fähigkeit des Menschen immer sein gesunder Menschenverstand, und dieser gesunde Menschenverstand, dieser klare Wirklichkeitssinn zeichnete ihn schon von Beginn seines Auftretens ab in einer Weise aus, daß er allein auf Grund hiervon Beachtung finden, ja Aufsehen erregen mußte, auch wenn seine scharfe und gewandte Feder sich diese Beachtung nicht selber hätte verschaffen können.

Man kann sagen, er war vielleicht der größte Hygieniker nach Hippokrates. In einer Zeit, wo Hygiene noch eine unbekannte, ja verachtete Größe war, wo alle Anforderungen eines gesunden Wirklichkeitssinnes in einem Wust metaphysischer Vorstellungen untergingen, schuf er einen Kodex hygienischer Vorschriften, der heute noch in seinen Grundzügen unübertroffen ist. Seine Anweisungen bei Epidemien, die er der Behörde unterbreitete, muten an, als ob sie heute geschrieben wären.

Dieser gesunde Wirklichkeitssinn verband sich bei ihm mit einer ungewöhnlichen Anlage zu wissenschaftlicher Exaktheit; auch das in einer Zeit, wo der Sinn für Exaktheit im Wust der Spekulationen so gut wie ganz abhanden gekommen war.

Seine hervorragendsten Arbeiten sind hier die über das Blei zum Zwecke der Weinprobe, seine ausgezeichnete pharmakodynamische Arbeit über das Arsenik und endlich sein Apothekerlexikon, das heute noch brauchbar und anerkannt ist.

Damit erhebt H. die erste, für alle Heilkunde lebenswichtige und auch gerade in seiner Zeit der Theorien und Spekulationen vernachlässigte Forderung: der Arzt muß sein Instrument kennen, wenn er etwas Rechtes leisten will, ebenso wie der Handwerker es auch kennen muß.

Diese Forderung fand ihren ersten literarischen Ausdruck in dem 1805 erschienenen Buch *Fragmenta de viribus medicamentorum*, d. h. Bruchstücke über die Heilkräfte der Arzneien. Es folgt nunmehr anhaltende Beschäftigung auf dem Gebiet der Arzneimittellehre durch Uebersetzung fremder Werke, vor allem Cullens *Materia medica*. 1810 erschien die erste Ausgabe seines *Organon*, 1811 der erste Band der *Reinen Arzneimittellehre*. Womit dann die geistige Geburt der Homöopathie sich vollzogen hatte. Alles was folgt, sind nur Weiterbildungen der ursprünglichen Kerngedanken.

Das Gebäude des Hahnemannschen Denkens baut sich auf drei Pfeilern auf: erstens *seinen Arzneiprüfungen an Gesunden*, zweitens *seiner Dosenlehre*, drittens *dem Aehnlichkeitsgesetz*.

H. ging von der durchaus richtigen Vorstellung aus: Um heilen zu können, muß man die Wirkung der Heilmittel, also in unserem Falle der Arzneien kennen. Diese Wirkung kann man ihnen aber nicht ansehen oder durch gelehrte Spekulationen apriori erraten, sondern man muß sie, die Arznei befragen. Und dafür gibt es nur *einen* Weg: die Prüfung am Gesunden, wobei sich dann zum mindesten zeigen wird, in welcher Richtung die Wirkung einer bestimmten Arznei geht.

Die Prüfung am Gesunden wird in der Weise ausgeführt, daß man einer möglichst großen Zahl von gesunden Menschen eine Arznei eingibt in vorsichtig steigender Dosis, bis sich Wirkungen zeigen. Diese Wirkungen werden sorgfältig in allen ihren Modifikationen notiert und gesammelt.

Mag nun die Technik dieses Verfahrens noch so viele Fehlerquellen ermöglichen — ich möchte übrigens wissen, wo es wohl ein Verfahren ohne Fehlerquellen gibt — der Gedanke ist ein derartig streng wissenschaftlicher, daß er nie wieder aus der Heilkunde wird verschwinden können, und hätte Hahnemann nichts weiter getan, als auf die Notwendigkeit dieser Prüfungen am Gesunden hinzuweisen und seine Prüfungsprotokolle in Form seiner *Reinen Arzneimittellehre* zu schaffen, so würde das allein genügen, um ihm für immer entscheidende Bedeutung in der Heilkunde zu sichern.

Aus diesem ersten, nur vom Wirklichkeitssinn diktierten Schritt der Prüfungen am Gesunden mußte H. natürlich zum zweiten Schritt gedrängt werden: die Arzneidosen so zu bemessen, daß sie ihrerseits nicht Prüfungssymptome hervorriefen, die bei dem Heilvorgang nicht gewünscht wurden.

Hiermit ist noch nicht die theoretische Möglichkeit für die infinitesimalen Dosen, die sogenannten Potenzen, gegeben, durch die die Homöopathie später so berühmt bzw. berüchtigt geworden ist, sondern nur die praktische Notwendigkeit, sich oberhalb der Grenze zu halten, bei der die Erstwirkung, d. h. das, was unter andern Umständen Prüfungsergebnisse genannt wird, einsetzt.

Beide, Prüfungs- und Dosenlehre, schließen sich zu einem organischen Ganzen erst zusammen im dritten Pfeiler des Hahnemann-

schen Systems, der gleichzeitig der Grundpfeiler des Ganzen ist und dem Ganzen das Gepräge, auch äußerlich in der Bezeichnung aufdrückt: Das *Simile-Gesetz*, der Satz: *Similia similibus curantur*, das heißt: *Aehnliches wird durch Aehnliches geheilt.*

Hahnemanns Gedankengang ist festgelegt im *Organon der Heilkunst.* Dieser Titel lehnt sich, so viel ich weiß, an das bekannte grundlegende Werk des *Baco von Verulam* an, das auch den Titel *Organon* führt.

Im übrigen haben beide Werke nicht gerade viel gemein, ausgenommen dieses, daß sie beide auf exakte Erfahrungen eingestellt sind, Baco freilich ganz allein auf solche eingestellt, Hahnemann erst in der Rückwirkung seinem Erlebnis, dem Simile-Gesetz gegenüber.Denn darüber muß man sich klar sein: das Simile-Gesetz, sein Gedanke stammt nicht aus der Erfahrung, ist nicht durch eine Summierung von Erfahrungen gefunden worden. Was sollten das auch wohl für Erfahrungen sein, die in ihrer Summation die Schlußfolgerung ergeben: „Folglich wird Aehnliches durch Aehnliches geheilt". Das Aehnlichkeitsgesetz hat, wie alle entscheidenden Entdeckungen, z. B. das Newtonsche Anziehungsgesetz, das R. Mayersche Gesetz von der Erhaltung der Kraft usw., seinen Ursprung in einem Erlebnis; es ist, wie man sagt, intuitiv entstanden.

Bei Hahnemann können wir dieses Moment der Intuition historisch verfolgen. Es schließt sich an die bei der Untersuchung von Cullens *Materia medica* ihm aufstoßende Tatsache an, daß China, das Hauptheilmittel für Wechselfieber, auch Fieber hervorruft. Ob diese Deutung richtig ist, ob der Selbstversuch Hahnemanns irgend welche Beweiskraft hat, ob er nicht nur dafür spricht, daß er selber von seinem Aufenthalt in Siebenbürgen und im Banat her Malariakeime im Blute hatte, das ist alles nebensächlich; eine Intuition bleibt Intuition, sie läßt sich nicht durch Erfahrungen auf ihre Richtigkeit hin kontrollieren; sie ist ein unerschöpflicher Quell für Erfahrungen, und dabei wird sich ja dann ergeben, ob sie richtig ist oder nicht; das heißt: Eine Intuition will nicht bewiesen, sondern will angewandt werden. Das ist bei der Hahnemannschen Intuition geschehen, und wir Homöopathen können mit Stolz sagen, daß wohl kaum je eine Intuition eine solche Fülle von Erfahrungen geschaffen, ein solches Licht um sich verbreitet hat wie die Intuition des *Similia similibus* in der genialen Verarbeitung, die Hahnemann ihr gegeben hat, und wobei „das Aehnliche" nicht mehr ein in sich geschlossener Krankheitsbegriff bleibt, sondern eine lebendige Summe einzelner Krankheitssymptome, denen auf Seiten der Prüfung eine ebenso lebendige Summe einzelner Arzneisymptome entsprechen. In der Glut des Hahnemannschen Genies wurde aus der Arzneimittellehre alten Schlages, diesem wahrhaften Petrefakt, ein lebendiges Erlebnis, und diesem lebendigen Erlebnis hier antwortet auf Seiten der Krankheit das Erlebnis einer lebendigen; im einzelnen sich abspielenden Symptomatik. Wo sonst toter Begriff gegen toten Begriff stand, da spielt sich jetzt in wahrhaft dramatischer Bewegung Erlebnis gegen Erlebnis. Krankheit, die so lange Zeit in den Banden des Begriffes gefangen gelegen hatte, wird plötzlich aus ihren Banden befreit und in die lebendige Symptomatik hineingerissen. Krankheit ist nicht mehr dieses oder jenes, was eine superkluge Theorie zurechtklügelt, sondern für den unvoreingenommenen Denker ist Krankheit nichts als die Summe der Symptome. Als diese Summe der Symptome zeigt sie sich, als diese Summe muß sie verarbeitet werden und kann sie nur verarbeitet werden in einer dieser neuen Sachlage gerecht werdenden Arzneimittellehre.

Nun fußt ein jeder, auch der Größte, irgendwie, bewußt oder unbewußt auf seinen Vorgängern, und ich halte es durchaus nicht für unwahrscheinlich, daß Hahnemann, als er seinen Satz „Von der Krankheit ist nichts erkennbar als die Summe der Symptome" formulierte, hierbei von Kant und seiner Philosophie beeinflußt wurde.

Kants Kritik der reinen Vernunft war 1781 erschienen, also etwas mehr wie ein Vierteljahrhundert vor Hahnemanns Organon, und mochte gerade damals wohl seinen Haupteinfluß auf die Geister ausüben. Die Aehnlichkeit im Gedankengang beider ist bemerkenswert. Kant lehrte: Von den Dingen ist wirklich erfahrungsgemäß nichts erkennbar als die Summe der Erscheinungen. Was das Ding abgesehen davon, daß es die Summe der Erscheinungen ist, noch außerdem ist als „Ding an sich", darüber wissen wir nichts.

Damit wurde freilich die Weltbetrachtung allen metaphysischen Spekulationen entrückt und alles ins Licht der Erfahrungen gerückt; aber der Preis, der dafür gezahlt wurde, war ein unerhört hoher: die damit inaugurierte Begreifbarkeit der Welt spielte sich auf der Basis eines unbegreifbaren Kernes ab, der, gleich dem unsichtbaren aber glühenden Kern der Erdkugel immer drohte,

das ganze Spiel durch eine gewaltsame Explosion in die Luft zu blasen. Der Intellekt war in seine vollen Rechte eingesetzt worden unter dem schwersten Opfer des Intellekts: dem ausdrücklichen Verzicht auf die Erkenntnis des hinter den Erscheinungen Stehenden. Von diesem „Ding an sich" wurde weder Erkennbarkeit noch Nichterkennbarkeit postuliert, es wurde in der Schwebe gelassen — ein auf die Dauer unerträglicher Zustand, dessen Auswirkungen zu verfolgen hier nicht der Platz ist; aber wir stehen heute noch unter der Folge dieser Trennung zwischen Ding an sich und Ding als der Summe der Erscheinungen.

Genau entsprechend lehrt *Hahnemann* im *Organon:* Von der Krankheit ist nichts erkennbar als die Summe der Erscheinungen; aber er geht nun einen Schritt weiter als Kant, indem er weiter lehrt: Die Summe der Symptome, der krankhaften Erscheinungen repräsentiert die Krankheit in ihrem ganzen Umfange, das ist „sie bilden zusammen die wahre und einzig denkbare Gestalt der Krankheit" (Organon, 4. Auflage, p. 109).

Daraus ergab sich ihm mit logischer Notwendigkeit die Schlußfolgerung: Nimm die Symptome weg, und du nimmst mit ihnen die Krankheit weg.

H.'s eigene Ausdrucksweise gibt keine Sicherheit darüber, ob er in dieser Formel die Krankheit mit der Summe der Symptome identifizieren wollte, derart daß er sagt: „Die Krankheit *ist* die Summe der Symptome, geht in ihr auf", oder ob er damit die Symptome nur zum sinnlichen Ausdruck einer ihnen zugrunde liegenden Krankheit machte.

In § 12 und 13 der 4. Auflage sagt er: „Da nun in der Heilung durch Hinwegnahme des ganzen Inbegriffs der wahrnehmbaren Zeichen und Zufälle der Krankheit zugleich die ihr zum Grunde liegende innere Veränderung — also jedesmal das Total der Krankheit — gehoben wird, so folgt, daß der Heilkünstler bloß den Inbegriff der Symptome hinwegzunehmen hat, um mit ihm zugleich das Veränderte im Innern — also das Total der Krankheit, die *Krankheit selbst*, aufzuheben und zu vernichten. Die vernichtete Krankheit aber ist hergestellte Gesundheit, das höchste und einzige Ziel des Arztes, der die Bedeutung seines Berufes kennt, welcher nicht in gelehrt klingendem Schwatzen, sondern im Helfen besteht.

Von dieser nicht zu bezweifelnden Wahrheit, daß, außer der Gesamtheit der Symptome, an Krankheiten auf keine Weise etwas

auszufinden ist, wodurch sie ihr Hilfe-Bedürfnis ausdrücken könnten, geht unwidersprechlich hervor, daß bloß der Inbegriff aller, in jedem einzelnen Krankheitsfalle wahrgenommenen Symptome die *einzige Indikation*, die einzige Hinweisung auf ein zu wählendes Heilmittel sein kann."

Aus diesen Aussprüchen geht das begriffliche Verhältnis zwischen Krankheit und Symptomen nicht hervor, und somit geht auch nicht daraus hervor, ob das Simile-Gesetz nach Hahnemann eine bloße wissenschaftliche Arbeitshypothese oder ob es ein Naturgesetz ist.

Wir wissen bestimmt, daß das Aehnlichkeitsgesetz keine Entdeckung H.'s ist. Schon Hippokrates spricht den Satz aus, daß Aehnliches durch Aehnliches geheilt wird, und ein älterer Arzt, der lange vor H. lebte, und den Bier in seiner Broschüre erwähnt, sagt ausdrücklich: „*Simile simili gaudet*", d. h. Aehnliches freut sich an Aehnlichem. Die bahnbrechende Tat Hahnemanns liegt in dem Sinn und in der Verarbeitung, die er dem Aehnlichkeitsgesetz gab. Um es kurz und vorweg zu sagen: H.'s schöpferische Tat liegt darin, daß er im Simile-Gesetz die Krankheit von den Fesseln des Begriffs befreite.

Rein begrifflich kann die Krankheit aufgefaßt werden entweder als eine im Körper spukende Krankheits-Wesenheit, eine *Materia peccans*, oder als eine äußere Schädigung, die dem Wesentlichen und Entscheidenden nach als Bazillus sich darstellt. Das erstere ist eine Fiktion, das letztere eine Hypothese, die beide vor der Wirklichkeit nicht standhalten, die aber die Therapie, die Heilversuche in der unheilvollsten Weise beeinflußt haben, und die schließlich zu jener Unbefriedigung führten, die sich im Suchen nach neuen Wegen kundtat, und der letzten Endes auch die Renaissance der Homöopathie ihre Entstehung verdankt.

Statt der begrifflichen Festlegung der Krankheit, sei es in einer rein subjektiven Krankheits-Wesenheit, der *Materia peccans*, sei es in einer rein objektiven Krankheits-Wesenheit, dem Bazillus, wird durch Hahnemann aus ihr ein lebendiger Vorgang, der als Summe der Krankheitssymptome sozusagen mit Zungen zum Arzt spricht und sich Abhilfe fordert.

Ich nehme hier Gelegenheit, auf die fehlerhafte Auffassung *Prof. Biers* hinzuweisen, die ich vorhin schon kurz erwähnte. Bier bedenkt nicht, daß es nicht die Aehnlichkeitsbeziehung schlechthin

ist, die die Homöopathie Hahnemanns ausmacht, sondern die damit einhergehende Entbegrifflichung der Krankheit, d. h. ein Vorgang, der die Heilkunde von ihrem schlimmsten Feind, eben dem Spekulieren in Begriffen, befreite und sie auf den Boden gesicherter Erfahrung stellte, die sich hier als Summe der Symptome zeigt. Bier arbeitet mit begrifflichen Aehnlichkeiten, er läßt Sulf. jod. Furunkulose heilen, weil es Furunkulose hervorruft. Aber Sulf. jod. macht weder Furunkulose, noch heilt es sie; denn dann müßte ja die Notwendigkeit der Heilung mitgegeben sein. Aber die ist durchaus nicht mitgegeben, und zwar deshalb nicht, weil Sulf. jod. nicht Furunkulose macht, sondern eine Summe von Symptomen bei der Prüfung schafft, unter denen das Auftreten von Furunkel-ähnlichen Hauterscheinungen eins ist.

Was Furunkulose ihrem Wesen nach ist, wissen wir überhaupt nicht; wir wissen es nur dem klinischen Bild nach, d. h. als einen Wert, der sich einem geschaffenen Begriff möglichst eng nähert. Und was die Hauterscheinungen, die Sulf. jod. bei der Prüfung am Gesunden macht, ihrem Wesen nach sind, wissen wir gleichfalls nicht. Wir wissen es nur als Annäherung an den geschaffenen Begriff der Furunkulose. Somit ist ohne weiteres klar, daß hiermit die Notwendigkeit einer Heilung auf Grund des festgelegten Simile durchaus nicht besteht. Es handelt sich nicht um ein Gegeneinandersetzen festgelegter begrifflicher Werte (Sulf. jod.-Furunkulose und Krankheits-Furunkulose), sondern um einen *Vorgang*, nämlich den Vorgang des gegenseitigen sich Aufeinanderabstimmens zwischen Arzneisymptomen und Krankheitssymptomen, ein Vorgang, der sich nur dann vollziehen kann, wenn die Fesseln des Begriffs gelöst sind. Eine Homöopathie, die mit Krankheitsbegriffen arbeitet, ist keine Homöopathie mehr, und eine Schulmedizin, die auf Krankheitsbegriffe verzichtet, ist keine Schulmedizin mehr.

Nicht das Simile-Gesetz ist der Stein des Anstoßes; das hätte sich, wie Prof. Biers Vorgehen zeigt, längst von der Schulmedizin assimilieren und verdauen lassen, sondern die gleichzeitig mit einhergehende Entbegrifflichung der Krankheit, ihre Zerfaserung in die Summe der Symptome. Ein Mann, der den Mut hatte zu behaupten: definierte Krankheiten, ein Ding wie einen Typhus, eine Pneumonie, eine Malaria usw. gibt es überhaupt nicht, es gibt nur eine lebendige, sich immer wieder erneuernde Summe von Symptomen, denen man, wenn man schon mal in die Notlage der

begrifflichen Definition kommt, immer noch am besten gerecht wird, wenn man sagt: „Eine Art Typhus, eine Art Malaria usw." — ich sage: ein Mann, der so zu reden wagte, der legte damit der Heilkunde als einer Erfahrungswissenschaft die Axt an die Wurzel. Trotz aller Ansätze der Weiterentwicklung, die die Heilkunde gerade in unserer Zeit in so reichem Maße aufweist, hält sie doch streng und unentwegt an einem fest: der begrifflichen Natur der Krankheit; denn nur unter Voraussetzung der Krankheit als einer begrifflich umschriebenen Wesenheit ist das möglich, was letzten Endes alle Wissenschaft ausmacht: das kausale Denken. Das kausale Denken, wie es von jeher im geistigen Leben der Menschheit geherrscht hat, alle andere geistige Möglichkeit durch die suggestive Kraft seiner Exaktheit überwuchernd, beherrscht auch heute noch die Wissenschaft als Heilkunde. Kausal zu denken, d. h. einen Begriff möglichst vollständig auf einen andern zurückzuführen, ist das Ideal, wie des wissenschaftlich denkenden Menschen so auch des wissenschaftlich denkenden Arztes. Im Vorwort der neuesten Auflage seiner Physiologie, erschienen 1925, sagt Abderhalden als eine Selbstverständlichkeit: „Er (der Arzt) wird forschen und dann seine Maßnahmen möglichst kausal treffen". Der übliche Typ des *Homo sapiens* erkennt überhaupt keine andere Form des Denkens an als nur das kausale, d. h. die mit Definitionen und Begriffen arbeitende, und da tritt nun plötzlich ein Mann, ein offenbar von einer einzigen Idee völlig beschlagnahmter Geist auf, der, über das kausale Denken hinwegschreitend, Beziehungen aus einer andern Ordnung der Dinge her gestaltet.

Es ist ohne weiteres klar, daß das Hahnemannsche Aehnlichkeitsgesetz und seine Anwendung mit kausalem Denken im herkömmlichen Sinne, d. h. mit begrifflich konstruierten Beziehungen nichts zu tun hat, sondern daß hier Beziehungen anderer Art bestehen. Daß der Krankheit als Summe der Symptome die Arznei als Summe ihrer Prüfungssymptome entspricht, das hat mit kausalem Denken nichts zu tun, so wenig wie es mit kausalem Denken etwas zu tun hat, daß dem Hunger die Nahrung entspricht. Es ist eben so; es ist Wirklichkeit aus erster Hand, unmittelbares Erlebnis, dem gegenüber es nur *einen* Beweis gibt: die Nutzanwendung. Aber unser Denken ist durch jahrhundertelanges naturwissenschaftliches Training so verkümmert, daß es Wirklichkeit nur anerkennt, wenn es sie sozusagen aus zweiter Hand, auf dem Umweg über die Logik

und das kausale Denken, in Empfang nehmen kann, unmittelbare Wirklichkeit ist dem naturwissenschaftlichen Denken verdächtig, und es ruht nicht eher, als bis es kausalisiert ist und aus einem wirklichen, lebendigen Vermögen zu einer bloßen Möglichkeit geworden ist.

Die Aufdeckung der lebendigen Beziehung zwischen Summe der Krankheitssymptome und Summe der Arzneisymptome stellt eben keinen Akt kausalen Denkens dar, sondern die Erschließung eines neuen Wirklichkeits-Quells. Wie Moses mit seinem Stabe Wasser aus dem Fels schlug, so schlug Hahnemanns Genius aus dem starren Gestein der damaligen Heilkunde den lebendigen Quell dieser neuen Wirklichkeit, der gegenüber es nur zwei Möglichkeiten gibt: sie anzuwenden oder sie zu verwerfen; dem gegenüber aber es die dritte Möglichkeit nicht gibt: nämlich die Möglichkeit, sie von Vorbedingungen aus zu beweisen.

Entweder anwenden oder verwerfen! Das ist das Motto, das über dem Eingang zum Hahnemannschen Gedankengebäude steht, und das für alles maßgebend ist, was dieses Gebäude enthält. Macht's nach! Das ist des Meisters ständige Mahnung; aber „Macht's genau nach!"

Nehmen wir die Potenzenlehre. Die Unabhängigkeit von der Masse war für den denkenden Arzt schon mit dem Aehnlichkeitsgesetz gegeben. Hier kam es nicht mehr auf die Masse an, sondern auf die Wahlverwandtschaft zwischen Arznei und Krankheit. Die Masse mußte hier nur als störender Ballast wirken, der die Klarheit und Einheit der wirklichen Beziehungen störte.

Daß es sich hier nicht um Massenbeziehungen handelte, war also klar. Berechnung der Wirksamkeit nach der Masse, wie die Schulmedizin sie übt, hat hier aufgehört. Aber was bedeutet denn nun eigentlich dieses „Wirkung entsprechend der Wahlverwandtschaft"?

Das Nächstliegende war, im Ueberschwang der Neuheit den Begriff der Masse überhaupt über Bord zu werfen und sich auf massenfreie, rein dynamische Beziehungen einzustellen.

Nächst der Entthronung des Krankheits-Begriffes ist es vor allem die verfängliche Potenzenlehre gewesen, die der Lehre Hahnemanns den meisten Widerstand erregt hat, weil, wie man sich glauben machen wollte, dem gesunden, d. h. dem logischen, dem kausalen Denken widersprechend.

Hahnemann behauptet, daß durch Entstofflichung der Arznei keine Abschwächung der Wirkung, sondern im Gegenteil durch

die damit sich vollziehende feinere Verteilung der kleinsten Arzneipartikel eine Erhöhung in der Wirksamkeit sich vollzöge, so daß man auf den scheinbar unlogischen, ja paradoxen Satz kommt: Je weniger Arzneistoff, um so größer die Wirkung. Es fragt sich nur, ob dieser Satz bedingungslos zu recht besteht, und ob der Vorgang der Entmassung, der Entstofflichung, der Potenzierung nun zu einer reinen Dynamisierung, d. h. zu einer Ueberführung aus dem Zustand der Masse in den Zustand reiner Kraft führt?

Das ist ein Punkt, der nicht nur ein Streitobjekt *intra muros* ist und der zwischen Hochpotenzlern und Tiefpotenzlern ausgefochten werden muß, sondern das ist ein Punkt, der rechtverstanden für das Verhältnis der Homöopathie zur Weltanschauung entscheidend ist.

Ist die Potenzierung ein Vorgang, der aus dem Zustand der Masse in eine reine Dynamisation führt, so ist die Homöopathie nichts als ein Sonderfall der geistig-dynamischen Heilmethoden, eine Art Christian Science, als welche Mrs. Baker-Eddy sie ja auch schon einrangiert hatte.

Hahnemann selber spricht vom Potenzierungsverfahren als einer Dynamisation und von seiner ganzen Lehre als einer dynamischen Auffassung des Heilungsvorganges; anderseits hat er aber eine dunkle Abneigung gegenüber der Potenzierung ins Ungemessene. In einem Brief an Schreter-Lemberg, der ein besonders fanatischer Hochpotenzler war, sagt er wörtlich: „Einmal muß die Sache ja doch ein Ende haben!" Aber es ist durchaus nicht einzusehen, weshalb sie ein Ende haben muß, wenn die Fahrt beim Potenzier-Verfahren mit allen Segeln ins Reich des Dynamischen, der reinen, entstofflichten, Masse-freien Kräfte geht! Kraft hat kein Ende; sie ist immer sie selber. Indessen die Homöopathie gehört weder dem Bereich der Massenbeziehungen an, noch gehört sie dem Bereich der reinen Kräfte an, sondern sie gehört in das Bereich der Ernährung und des in ihm herrschenden Gesetzes.

Das Gesetz der Ernährung ist weder das der zahlenmäßig berechenbaren Massenbeziehung zwischen Ursache und Wirkung (Heilkunde als Wissenschaft), noch die unberechenbare Wirkung einer selbstherrlichen Kraft (Heilkunde als Kunst). Ernährung ohne Masse gibt es nicht; aber Masse ist es hier nicht schlechthin, sondern eine Masse, bei der eben nicht die Masse entscheidet, sondern die Bekömmlichkeit. Wie ich vorhin den Organismus Kraft-Stoff oder Geistform genannt habe, so kann man die Nahrung

Reizmasse nennen, d. h. eine Masse, bei der der sie belebende Reiz, der sich dem hungernden Organismus gegenüber als Appetit erweist, das Entscheidende ist. Es gibt Nahrungsmassen, die trotz ihres Umfanges nicht nähren, weil sie unbekömmlich, reizlos sind, und es gibt Nahrungsmassen, die trotz ihrer Kleinheit nähren, weil sie bekömmlich sind.

Ich werde später darauf zurückkommen. Hier nur soviel: Homöopathische Potenzierungen, die restlos entstofflicht, rein ins Dynamische übergeführt sind, gibt es nicht. Es bleibt immer Masse, aber sie entscheidet nicht, entscheiden tut der Reiz, wie er sich in den Charakterzügen der Arzneiprüfung am Gesunden darstellt, und wie er den Charakterzügen des Krankheitsbildes sympathetisch antwortet.

Noch einmal: Ohne Masse kein Reiz. Die Masse wirkt mit, aber sie entscheidet nicht. Entscheiden tut die Reizbeziehung, die eben dieses ganze Heilverfahren zu einem Verfahren macht, das nach dem Schema der Ernährung arbeitet. Die Arznei wird hier zu einem wissenschaftlichen Sonderfall der Ernährung; nicht in dem Sinne, als ob man mit ihr Hunger stillen könnte — man kann von homöopathischen Potenzen nicht leben —, sondern in dem Sinne, daß sie nach dem Schema der Ernährung arbeitet.

Ich selber habe mich in früheren Arbeiten dahin geäußert, daß man mit der Homöopathie aus dem Bereich der berechenbaren Massenwirkungen in das Bereich der spezifischen Affinitäten träte. Dieser Ausdruck ist nicht glücklich gewählt. Freilich eine massive Dosis Morphium, Ipecacuanha usw. wirken immer — wie, sei dahingestellt — und die homöopathischen Potenzen wirken nur unter großer Auswahl, aber trotzdem nicht im Sinne spezifischer Affinität, d. h. in dem Sinne, daß eine bestimmte Krankheit auf *ein* bestimmtes Arzneimittel abgestimmt ist und zu seiner Heilung einzig dieses Heilmittel verlangt. Das was die Homöopathie das Simillimum nennt, scheint solcher Anschauung zu entsprechen; aber es gibt kein Simillimum im eigentlichen Sinne. Es herrscht immer Ersetzbarkeit eines Mittels durch ein anderes, möglichst ähnliches Mittel; kurz: es herrscht nicht die spezifische Affinität, die immer eine einzige, einzigartige Beziehung zwischen Krankheit und Arznei postuliert, sondern es herrscht, wie bei jeder Ernährung, die Assimilation, d. h. eine gewisse Breite der Anpassung, der Ersetzbarkeit eines Mittels durch ein anderes. Das Simillimum ist nichts

als ein verfeinertes Simile und eventuell durch ein anderes Simillimum ersetzbar, zum Beweis, daß es sich nicht um eine völlig entmasslichte, rein geistig-dynamische Potenz handelt, sondern um eine Potenz, die den Charakter der Reizmasse und folglich eine gewisse Breite der Wirkung bewahrt hat.

Nun liegt natürlich der Einwurf nahe: Wenn die homöopathische Arznei, wie jede Nahrung auch, eine Reizmasse ist, d. h. ein Etwas, das freilich nicht von der Masse abhängig und nach ihr berechenbar ist, wohl aber an sie gebunden ist, so muß ja nach einfach physikalischem Gesetz der Punkt bestimmt werden können, an dem beim Vorgang des Potenzierens das letzte Massenteilchen und damit die letzte Wirkungsmöglichkeit geschwunden ist.

Dieser Punkt ist berechnet worden, ist mit einem besonderen Namen bezeichnet worden und liegt, wenn ich mich recht erinnere, in der Nähe der 20. Potenz. Bekennt man sich also nicht als Hochpotenzler zur reinen Dynamik der Potenz, wobei es dann mit der Wirkung nie ein Ende hat und auch keine millionste und billionste Verdünnung der Wirkungsfähigkeit etwas anhaben kann, so müßte man sich wohl oder übel auf diese errechnete Potenz festlegen, in der ein letztes und einzigstes Molekül, sozusagen als ein letzter der Mohikaner sein einsames Wesen treibt und die letzte Wirkensmöglichkeit darstellt.

Aber das hieße die Homöopathie in das Bereich der bloßen Masse zurückreißen. Im Bereich der Ernährung eröffnet sich eine dritte Wirkensmöglichkeit, die man im täglichen Leben als Sympathie, als Mitleiden erlebt, die ich, auf dieses Gebiet übertragen, die *mediale* Wirkung nenne, und die ihr Gegenstück in der Physik vielleicht in dem hat, was man *Fluoreszenz* nennt.

Der Reiz einer Reizmasse kann sich auf eine andere Reizmasse übertragen, von da wieder auf eine andere. Wie das möglich ist, weiß ich nicht; es ist aber so, ebenso wie das Mitleid über eine Mitleid erregende Begebenheit sich von Person zu Person fortsetzen kann allein durch den Anstoß des entsprechenden Berichtes, d. h. durch mediale Wirkung.

Auf diese Tatsache der medialen Wirkung läuft das Hahnemannsche Verfahren hinaus, den Reiz der arzneilichen Reizmasse auf indifferente Medien (Alkohol, Milchzucker) zu übertragen und diesen Uebertragungsvorgang immer weiter fortzusetzen. Hier bleibt der Grundsatz aller Ernährung, d. h. aller Wirklichkeit schlechthin

bestehen: freie Kraft ohne Stoff, Reiz ohne Masse gibt es nicht; es gibt nur Kraftstoff, Reizmasse; aber die Masse, die der Träger des Reizes ist, kann unter Umständen durch eine entsprechende Masse ersetzt werden. Wie weit hier die Reihe der Ersetzbarkeit geht, d. h. wie weit diese mediale Wirkung reicht, das läßt sich nicht erfahrungsgemäß feststellen, berechnen, ebenso wie es sich nicht berechnen läßt, wie weit durch den Anstoß der Rede und Darstellung noch Mitleid zu erregen ist; es kommt auf die Entsprechungen an. Trotzdem aber besteht die erfahrungsgemäße Tatsache, daß die Möglichkeit, Mitleid zu erregen, ihre Grenzen hat, und dementsprechend besteht die Tatsache, daß die Möglichkeit, den Reiz auf ein neues arzneiliches Medium zu übertragen, auch ihre Grenzen hat.

Als Beispiel will ich anführen, daß ich eine Calc. carb. habe, die seit mehr als zwölf Jahren als ursprünglich 30. Potenz in meinem Besitz ist und durch ständiges Nachpotenzieren jetzt schätzungsweise die 200. Potenz längst überschritten haben mag, die ich aber trotzdem nicht durch ein frisches Präparat erneuere, weil sie mir immer noch die gleichen Erfolge zu geben scheint wie im Anfang.

Ich sage absichtlich „scheint"; denn darüber muß man sich klar sein, daß die Beurteilung des Erfolges in der Homöopathie nicht jener Berechenbarkeit unterliegt wie in der Schulmedizin, bei der es letzten Endes nicht so sehr auf Erfolg als auf Wirkung ankommt. Masse ist bis zu einem gewissen Grade immer berechenbar. Aber wie es in der Wirklichkeit keine Masse gibt, so gibt es in ihr auch keine Berechenbarkeit. Hier gibt es nur Reizmasse und ihre Anpassungen. Wer diesen Mangel an exakter Berechenbarkeit der Wirkung als einen Mangel im Wesen der Homöopathie ansieht, der urteilt falsch. Was man als Mangel ansieht, das ist in Wahrheit Beweis für den Wirklichkeitsgehalt dieses unvergleichlichen Lehrsystems.

So bleibt das bestehen: die homöopathische Potenzenlehre hat Sinn nur von der Einsicht aus, daß die Homöopathie nach dem Schema der Ernährung arbeitet. Die Potenzwirkung ist weder eine stofflich-mechanische noch eine geistig-dynamische Wirkung, sondern sie ist eine auf ein gegenseitig Sich-Abstimmen zwischen erkranktem Organismus und der Arznei als einer Reizmasse sich vollziehende Wirkung, entweder direkt oder medial in der Form einer immer wieder neuen Einbettung des Reizes in eine neue

Masse. Eine unbegrenzte Potenzierung gibt es nicht, wie es keine unbegrenzte Ernährungsmöglichkeit gibt; aber die Grenze der Potenzialität ist nicht erfahrungsgemäß-rechnerisch festzustellen, sondern sie ist nur zu erleben in der Heilwirkung.

Von der Einsicht aus, daß die Homöopathie diejenige Heilmethode ist, die nach dem Schema der Ernährung arbeitet, kann man die Potenzierung als eine Art Zubereitung, Verfeinerung des Arzneistoffes ansehen, der Tatsache entsprechend, daß man ja auch die Nahrungsmittel fast sämtlich erst zubereiten muß, ehe sie genießbar werden. Die Potenzen sind nach einem besonderen Verfahren gezüchtete Arzneien, sozusagen eine Edelrasse von Arzneien, die erst mit dieser Veredelung ihrer eigentlichen Funktion voll gerecht werden. Und diese Funktion besteht darin, auf die Hilferufe des erkrankten Organismus, auf seine Notsignale, seine Hungerzeichen schnell, geschmeidig und möglichst vollständig zu antworten.

Man wirft, wie schon soeben gesagt, der Homöopathie ihren Mangel an wissenschaftlicher Exaktheit vor; aber man bedenke doch, daß wissenschaftliche Exaktheit ja nur da möglich ist, wo Masse ist, d. h. wo die Lebensverhältnisse sich so gestaltet haben, daß die Masse und ihr Gefälle überragen. Aber das ist, wie gezeigt, ein Grenzgebiet. In seiner großen Breite antwortet der Organismus, der gesunde wie der kranke, nicht auf Masse, sondern auf das Spiel der Ernährungsvorgänge, die freilich von der Masse abhängig sind, aber nicht durch sie bestimmt werden. Bedenkt man das, nimmt man diesen Akt grundsätzlichen, weltanschauerischen Umdenkens vor, so wird man ja willig zugestehen, daß mit dem Gebäude, das Hahnemann in seiner Arzneimittellehre einerseits, in seinem Aehnlichkeitsgesetz anderseits errichtet hat, ein unerhört Neues, noch nie Dagewesenes und doch für die ganze Heilkunde Unersetzliches geschaffen worden ist, trotz des Mangels an wissenschaftlicher Exaktheit.

In seiner genialen Entdeckung des Aehnlichkeitsgesetzes schuf Hahnemann sozusagen das Organ, durch das es möglich ist, die Sprache des erkrankten Organismus zu verstehen und seine Hilferufe zu deuten. Die Prüfung am Gesunden mit ihren Ergebnissen ist sozusagen die Grammatik, die sich dann Wort für Wort zu der Entzifferung der Sprache des erkrankten Organismus verwenden läßt. Diese Prüfungen setzen uns instand, zu sagen: In diesem Fall fordert der erkrankte Körper in seiner Sprache Nahrungszufuhr

von Aconit, in diesem Fall fordert er Nahrungszufuhr von Arsen, von Ipecacuanha, von Veratrum usw. Es werden damit völlig neue, bisher unerhörte Verständigungsmöglichkeiten dem erkrankten Organismus gegenüber geschaffen. Der Umweg über das therapeutische Verfahren spielt sich nunmehr nicht nach wissenschaftlichen Berechnungen ab, er vollzieht sich auch nicht in Wunderheilungen, sondern er vollzieht sich in jenem unmittelbaren, lebendigen Spiel wie zwischen dem Ernährungsvorgang und seiner Nahrung.

Die Umwälzung, die mit der Schaffung dieser neuen, von Hahnemann entdeckten Sprache in die Welt der Heilkunde eindringt, ist so unerhört, daß man sich ihrer nur allmählich, durch langes, geduldiges Nachdenken bewußt werden kann. Es geht wie ein Aufjauchzen durch die gequälte Natur. Wo bisher nur ein blindes Gewirr von Krankheitssymptomen bestand und ebenso blinde Versuche, in dieses Gewirr mit der majestätisch-schwerfälligen Kunst gelehrter Theorien ordnend einzugreifen, da spielt sich jetzt alles ab im klaren Licht einer Sprache, die man eben gelernt hat, bzw. die man lernen kann wie jede andere Sprache auch. Man kann nunmehr das Wort, das Verlangen des erkrankten Organismus verstehen, und man kann antwortend helfen, vorausgesetzt, daß man fleißig genug war, um die Sprache in dem Umfang zu lernen, wie die mannigfachen Bedürfnisse des erkrankten Organismus es erfordern. Alles scheint nur auf Zahl und Gründlichkeit der Prüfungen anzukommen, um für alle Wünsche und Appetite des erkrankten Organismus schon sozusagen im voraus die Antwort bereit zu haben, und es ist, als ob eine alles durchdringende Flut neuen Lichtes das ganze dunkle Gebäude der Heilkunde plötzlich durchleuchtet, und als ob alles Versagen im Heilgeschäft hinfort nicht mehr in den Schwierigkeiten und Unverständlichkeiten des Gegenstandes liegt, sondern in der ungenügenden Herrichtung und Ausbildung des Instrumentes. Wo die Homöopathie versagt, da liegt es, wie man im ersten Ueberschwang geneigt ist zu sagen, lediglich daran, daß man die Sprache der Krankheit eben noch nicht vollständig genug erlernt hat. Womit dann gleichzeitig gegeben ist, daß dieses Versagen lediglich ein vorläufiges ist, dem durch fleißige Weiterausbildung der neuen Sprache, d. h. durch weiteres Prüfen wird abgeholfen werden können. Nimmt man die Homöopathie, wie Hahnemann sie im Organon ursprünglich gibt: Krankheit = Summe der Symptome, so sind potentiell alle Krankheiten heilbar,

die sich überhaupt nur die Mühe geben, Hilferufe auszustoßen, Hungerzeichen von sich zu geben, Appetite zu zeigen, kurz: sich in Symptomen zu äußern.

Aber hier ergibt sich gleich die erste Begrenzung dieser Heilkunde. Krankheit ist Hunger! Krankheitssymptome sind Hilferufe nach Nahrung, d. h. nach Nahrung in jener Sonderart, wie sie der Sonderart des Hungers entsprechen: Nahrung in der Form von Arznei. Aber wie man einem, der Hunger hat, nur helfen kann, wenn er sich meldet und Nahrung verlangt, so kann man dem erkrankten Organismus nur helfen, wenn er Hilferufe ausstößt, d. h. sich in den Symptomen äußert. Tut er das nicht, so kann man ihm auch nicht helfen, und die Homöopathie mit ihren Wirkensmöglichkeiten scheidet selbsttätig aus.

Daß ein erkrankter Organismus sich nicht meldet, keine Notsignale in Form der Symptome von sich gibt, mag daran liegen, daß er es noch nicht eilig hat, d. h. daß die Ernährungsstörung noch nicht groß genug ist, um Hilfe zu verlangen, oder daß er nicht mehr das Vermögen hat, diese Notsignale zu geben, weil er schon zu geschwächt ist. Der erstere Fall mag eintreten, wenn eine Störung abseits liegt; denn in einem Ernährungsvorgang haben nicht alle Teile gleich stark am Strom der Ernährung Anteil. Es gibt Teile, wo dieser Strom nur langsam sickert, z. B. in den Sehnen und Bändern, und es gibt Teile, wo er in seiner vollen Stärke flutet, wie in Herz und Blutgefäßen; danach mag sich die Notwendigkeit eines Hilferufes bemessen. Erfahrungsgemäß gibt es Störungen in den sehnigen und Bindegewebeteilen (Knoten, Verhärtungen), die ohne alle Symptome verlaufen, d. h. den Organismus nicht zu Notsignalen veranlassen, und erfahrungsgemäß gibt es Störungen in Herz und Hirn, die so akut verlaufen, daß es gar nicht erst zum Notsignal, d. h. zur Symptombildung kommen kann. Man spricht dann von einem Herz- oder Hirnschlag.

In beiden Fällen scheidet die Homöopathie automatisch aus und erweist sich gerade durch dieses automatische Ausscheiden, durch diese Selbstbeschränkung als ein lebendiger Wert, denn alle Ernährung ist gleichzeitig Selbstbeschränkung, etwas, das sich selber seine eigenen Grenzen erlebt. Schwerkraft, Stoß, Fall haben keine Grenzen; sie wirken unterschiedslos überall, wo Masse ist; sie sind tote Wirklichkeit. Lebendige Wirklichkeit, d. h. Ernährung erlebt sich selber ihre Grenzen.

Ist dieses aber die einzige Beschränkung, die die Homöopathie erleidet?

Damit trete ich auf die Frage zu: Erschöpft sich wirklich die Krankheit restlos in der Summe der Symptome? Hatte Hahnemann das Recht, über Kant hinaus zu gehen und den hinter der Summe der Erscheinungen steckenden Rest zu vernachlässigen? Krankheit, mag sie sonst sein, was sie will, ist Form des Lebens. Für sie gelten also letzten Endes die Gesetze der Wirklichkeit, und das ist doch klar, daß kein Ding sich ganz, restlos in der Summe der Erscheinungen erschöpft. Es bleibt ein Rest, das, was Kant philosophisch-neutral und somit inhaltlos das „Ding an sich" nennt, was aber in Wirklichkeit, wie ich vorhin gezeigt habe, die innere Vorbedingung des Lebens ist. Krankheit hat gleichfalls ihr „Ding an sich", und das heißt die *Anlage*.

Somit steht der wirkliche Denker vor der Frage: Kann die Summe der Symptome die Anlage mitfassen? Geht sie, die Krankheitsanlage, in dieser Summe der Symptome mit auf, oder bleibt das Wichtigste unzugänglich? Das entscheidet über Wert und Schicksal der Homöopathie. Entweder sie fasst in der Summe der Symptome die Anlage mit, dann ist sie wirkliche Heilmethode; oder sie fasst sie nicht mit, dann ist sie, wie ihre Widersacher ihr ja auch vorwerfen, leere Symptomendeckerei.

Die Frage nach der *Anlage* beherrscht die moderne Heilkunde in immer steigendem Maße, nachdem man die Einseitigkeit jener Richtungen, die einerseits die Krankheit in das rein objektiv-äußerliche Moment des Bazillus, anderseits in rein subjektive Abstraktionen verlegten, mehr und mehr überwunden hat. Mit der Krankheit als einer bloß begrifflich konstruierten, metaphysischen Wesenheit, wie sie in früheren Zeiten, vor allem zu Hahnemanns Zeiten, die Heilkunde beherrschte und unsäglich viel Unheil anrichtete, hat man ja wohl endgültig aufgeräumt. Die Krankheit ist heute aus dem rein abstraktiv-erdichteten ein klinischer, erfahrungsgemäßer Wert geworden; aber die objektiv-äußerliche Auffassung der Krankheit in der Form des Bazillus kämpft immer noch um ihr Daseinsrecht und bestimmt immer noch die Therapie in einem für den Kranken oft sehr gefährlichen Maße, indem die zur Abtötung der lebendigen Schädlinge angewandten Mittel sicherlich dem Kranken leicht mehr schaden als dem Krankheitserreger.

Aber schließlich ist es ja gerade die Bakteriologie, die die Einstellung auf die Krankheit als Anlage notwendig gemacht hat. Gerade auf diesem Gebiete mußte man ja vor allen Dingen einsehen, daß das Vorhandensein und Eindringen des Bazillus durchaus nicht gleichbedeutend mit Krankheit ist. Es gibt sicherlich gewisse Krankheiten, die sich nicht ohne die Anwesenheit gewisser Bazillen entwickeln können, aber es ist damit durchaus noch nicht gesagt, daß sie sich *durch* den Bazillus entwickeln. Es mag ja hier gehen wie bei der Nahrung, die freilich ohne Masse nicht möglich ist, aber trotzdem nicht die Masse selber ist, wie sich daraus ergibt, daß sie sich nicht nach den Gesetzen der Masse abspielt. Ebenso könnte es ja sein, daß gewisse Krankheiten ohne Bazillus nicht möglich sind, aber trotzdem nicht durch den Bazillus hervorgerufen werden, daß der Bazillus nur die Reizmasse darstellt, die als solche nur wirkt, wenn ihr im Organismus etwas entspricht, und die nicht wirkt, wenn ihr im Organismus nichts entspricht.

Die Tatsache Krankheit besagt ja auch gleichzeitig, daß eine Auswahl da ist. Gäbe es krankmachende Schädlichkeit an sich, so müßte ja alles unterschiedslos im Laufe der Zeiten krank geworden sein, und jede Unterscheidungsmöglichkeit zwischen Gesundheit und Krankheit würde dahinfallen. Diese Unterscheidungsmöglichkeit besteht aber, und wenn sie sich auch nicht erfahrungsgemäß, begrifflich festlegen läßt (eine feste Grenze zwischen Gesundheit und Krankheit gibt es nicht), so läßt sie sich doch sehr wohl erleben; ich weiß wohl, wann ich gesund bin und wann ich krank bin, ohne die Grenzen begrifflich festlegen zu können.

Somit: Mit der Tatsache Krankheit ist die Tatsache der Auswahl mitgegeben und mit dieser Tatsache wieder die Tatsache *Anlage*. Ohne Anlage keine Auswahl im Erkranken, ohne Auswahl keine Möglichkeit der Unterscheidung zwischen Gesundheit und Krankheit. Ueber die Anlage kommen wir in der Heilkunde nicht hinweg, und der Wert jeder wirklichen Heilmethode wird sich letzten Endes darnach richten, wie weit sie der Anlage gerecht wird.

Es fragt sich: Wie stellt sich die Homöopathie zu diesem Problem? Faßt sie in ihrem Simile-Gesetz die Anlage mit, d. h. ist sie eine wirkliche Heilmethode oder nicht? Wie Hahnemann selber über diesen Punkt dachte, geht aus dem hervor, was wir Homöopathen die Psora-Lehre nennen und die letzten Endes nichts bedeutet als die bewußte und begrifflich formulierte Einführung der Anlage als

eines anatomisch oder physiologisch fixierten Wertes in das Gefüge des Aehnlichkeitsgesetzes.

Hahnemann als scharfer Beobachter hatte allmählich bemerkt, daß gewisse Krankheiten trotz gut ausgearbeiteter Aehnlichkeitsbeziehungen auf die Arznei nicht so reagierten wie sie seiner Ansicht nach hätten reagieren sollen. Er schloß daraus, daß hier in der Tiefe etwas vorliegen müsse, was dem Wirken des Simile-Gesetzes den Weg verbarrikadierte, und er erkannte dieses Hindernis in der dreiköpfigen Anlage, der Psora, der Syphilis und der Sycosis.

Damit ist Hahnemann freilich auch auf diesem Gebiet gedanklich ein Bahnbrecher innerhalb der Heilkunde geworden, ein Vorläufer der Schulmedizin im Versuch, die Krankheitsanlage zu finden.

Die Frage nach der Krankheitsanlage ist heute eins der schwierigsten Probleme der Heilkunde, weil eng mit der Frage nach der Vererbbarkeit erworbener Eigenschaften verknüpft, wobei dann der Begriff der Anlage den festen Standpunkt verliert und mit dieser Vererbbarkeit ins Gleiten kommt. Dieses Moment wirkte bei Hahnemann noch nicht mit. Er machte aus der Anlage drei starre Stränge, fest gegebene Konstitutionen.

Wie weit er damit eine glückliche Wahl getroffen hat, bleibe dahingestellt, zweifellose Tatsache ist, daß er mit der Psora-Lehre den Boden des Simile-Gesetzes, d. h. der Wirklichkeit verließ und die Theorien, denen er mit seinem Lapidarsatz: „Die Krankheit geht auf in der Summe der Symptome" den Garaus gemacht hatte, in dieser neuen Form wieder einführte.

So kam es, daß viele seiner Schüler homöopathischer waren als er selber und diese neue Lehre rundweg ablehnten. Also wo liegt das Recht? Auf Seiten des jungen Organon mit der Alleinherrschaft des Simile-Gesetzes oder auf Seiten der letzten Auflagen mit eingebauter Psora-Lehre?

Hier zeigt sich nun der Wert einer Weltanschauung. Wirklichkeit ist Ernährung. Ernährung ist das, bei dem die inneren Vorbedingungen, d. h. das Ernährungsvermögen, die Anlage, von den äußeren Vorbedingungen, d. h. der Nahrung aus beeinflußbar ist. Was diese Anlage ist, das braucht der Arzt nicht zu wissen, wird er auch nie auf dem Wege der Erfahrung erwissen. Es genügt, wenn er weiß, daß sie, diese Anlage, von der Nahrung aus beeinflußbar ist. In moderner Fassung heißt das: Erworbene Eigenschaften sind

vererbbar, werden zur Anlage, und das wieder heißt: Anlage ist keine starre Tatsache, sondern wie alles andere auch, ein Bildungs-, ein Ernährungsvorgang. Zu dieser Anschauung muß man sich durcharbeiten, um diesem Grundproblem gegenüber überhaupt zu einer richtigen Fragestellung zu kommen. Der Anlage gegenüber lautet die Frage nicht: Was ist sie? Das ist eine törichte Frage; sie ist ein in ständiger Aenderung Begriffenes wie die Ernährung selber auch; um ein Wortspiel zu gebrauchen: ein ständiges Sich-Neu-Anlegen. Der Anlage gegenüber gilt nur die Frage: Ist sie zu beeinflussen? Worauf dann die Antwort lautet: Ja, sie ist zu beeinflussen durch gewohnheitsgemäß angewandte Einflüsse, die da einsetzen, von wo aus der Ernährungsvorgang eben beeinflußt werden kann: von der Nahrung aus.

Auf das Simile-Gesetz übertragen heißt das: Ob die Krankheit sich restlos bis auf die Anlage in der Summe der Symptome ausdrückt, darauf kommt es nicht an, sondern darauf, daß man vom Symptom aus diese Anlage rückläufig beeinflussen kann, und man kann das um so ausgiebiger, je reichlicher und lebendiger das Spiel der Symptome sich abspielt und je voller diese Symptome innerhalb jenes großen, mittleren Bereiches dessen liegen, was ich oben als die eigentlichen Ernährungskrankheiten bezeichnet habe, die breite Mitte zwischen den Begriffs- und den Gefälle-Krankheiten.

Auch die Frage, was von beiden das wichtigere ist, ob die Symptome mehr durch die Anlage oder diese mehr durch die Symptome bestimmt bzw. beeinflußt wird, wird hinfällig gegenüber der Tatsache, daß eins das andere beeinflußt, und daß der Hebel, der Ansatz, von dem aus man auf das Spiel einwirken kann, die Symptome sind bzw. die Behandlungsweise, die man ihnen zuteil werden läßt.

Diese breite Mitte ist das eigentliche Gebiet der Homöopathie als der Heilmethode, die nach dem Schema der Ernährung arbeitet. Hier leistet das Simile-Gesetz alles, was man von ihm erwarten kann, und wenn es des öfteren da versagt, wo man es nicht erwarten sollte, so liegt der Grund nicht, wie Hahnemann meinte, in einer psorischen Anlage. Die ist kein Hindernis für die Wirkung des Simile, vorausgesetzt, daß ihre Symptomatik genügend Handhabe bietet. Der Grund liegt dann darin, daß es sich um Krankheiten handelt, die vielleicht aus dem Strom der wirklichen Ernährung schon in das Grenzgebiet der Gefälle-Krankheiten geraten sind, und auf das Schema der Ernährung überhaupt nicht mehr reagieren.

Bietet, um Hahnemannisch zu reden, ein Psorafall eine genügend lebendige Symptomatik, so wird die Tatsache, daß es sich um Symptome auf dieser konstitutionellen Basis handelt, an der Wirksamkeit des Aehnlichkeitsgesetzes nichts abschwächen. Die Theorie der spezifisch psorischen Mittel als einer Art Elitegarde von Arzneimitteln scheint mir da nur eine unberechtigte Ausschaltung des lebendigen Aehnlichkeitsgesetzes zu sein, wie sie als solche bekanntlich auch von der Mehrzahl seiner Schüler empfunden worden ist. Ist lebendige Symptomatik da, so wird das Aehnlichkeitsgesetz helfen wie überall; ist diese lebendige Symptomatik in konstitutioneller Verschlackung verloren gegangen, so will ich die Möglichkeit, daß eine Dosis Sulfur eine allgemeine Belebung hervorrufen kann, nicht abstreiten, aber die Wirkung scheint mir dann eher in das Gebiet der Reiztherapie zu gehören als in das der Homöopathie.

Ich gebe bezüglich der gegenseitigen Abhängigkeit zwischen Symptom und Anlage ein Beispiel: Jemand hat z. B. eine sogenannte katarrhalische Anlage. Jeder Ablauf eines neuen Katarrhs bringt, wie erfahrungsgemäß feststeht, eine Verstärkung dieser Anlage, die ihrerseits wieder eine höhere Neigung zu neuen katarrhalischen Ausbrüchen hinterläßt. Es entwickelt sich ein *circulus vitiosus*, der, wenn man ihn nicht zum Stehen bringen kann, aus einer reinen Ernährungskrankheit zu einer Gefällekrankheit führen mag. Aber es fragt sich: Wo setzt hier das aus dem Zirkel erlösende Moment ein? Bei der Anlage nicht; denn die kennt niemand; aber bei den Symptomen setzt die Lösung ein. Symptom bleibt immer Symptom und ist als solches vieldeutig. Es mag der Selbstheilung dienen, wie ich oben gesagt habe, es mag der Selbstkrankmachung dienen, indem zwischen ihm und der Anlage sich ein *circulus vitiosus* entwickelt. Dieser Zirkel setzt im oben angeführten Beispiel mit dem ersten Katarrh, d. h. mit der Symptomatik ein, und von der Symptomatik aus ist er zu durchbrechen, indem man diese Symptomatik nicht sich auswirken läßt, bis sie rückläufig als Vertiefung der Anlage endet, sie auch mit narkotischen Mitteln nicht gewaltsam unterdrückt, was gleichfalls rückläufig auf die Anlage eine vertiefende, „engrammatische" Wirkung ausüben muß, sondern indem man sie durch das indizierte homöopathische Mittel befriedigt, wie man dem Hungrigen seinen Hunger befriedigt. Dadurch wird die ungünstige Rückwirkung auf die Anlage vermieden, und es mag vielleicht

schon mit der ersten naturgemäßen Katarrh-Heilung ein günstiger Zirkel einsetzen.

Das ist der Weg, wie man auf die Anlage einwirken kann, ohne sie zu kennen. Es ist klar, daß diese Möglichkeit nur innerhalb der Breite der eigentlichen Ernährungskrankheiten herrscht. Weder bei den Begriffs- noch bei den Gefälle-Krankheiten kommt dieses Verfahren in Betracht, und auch innerhalb der eigentlichen Ernährungskrankheiten ist es nicht bedingungslos wirksam. Es bestehen Grenzen. Daß diese Grenzen da sind, das wissen wir, denn jeder Ernährungsvorgang hat seine Grenzen; nur kennen wir diese Grenzen nicht, sie sind nicht berechenbar; er, der Ernährungsvorgang setzt sie sich selber mit jedem Akt der Ernährung.

Ich versuche auch hier an einem Beispiel klarzumachen, was ich meine. Digitalis ist eine von der Homöopathie wie von der Schulmedizin fleißig angewandte Arznei. Aber die Schulmedizin wendet sie der Hauptsache nach bei Gefällekrankheiten an, z. B. bei unkompensierten Herzfehlern, bei ödematösen Erscheinungen, Urinmangel, kurz in Fällen, bei denen die lebendige Symptomatik versagt und durch jene tote Symptomatik verdrängt wird, die das Bestreben der Selbstheilung nicht mehr in sich trägt.

Solche Fälle verlangen Digitalis in massiven Dosen; hier feiern die Groß- und Kleinindustrien ihre Triumphe, indem sie immer wieder neue Variationen der Herstellung, des Gebrauchs und der Kombination austüfteln. In ein solches Stadium, das aus dem Bereich der lebendigen Symptomatik ausgeschieden ist, mit Digitalis in homöopathischer Dosis zu kommen, ist gänzlich nutzlos, unter Umständen ein schwerer Kunstfehler. Dahingegen wäre es umgekehrt ebenfalls ein Kunstfehler, wenn man Leiden, die noch im Strom lebendiger Symptomatik stehen, z. B. ein Leiden an Leber-Gallblase, ein Blasenleiden, eine Störung der geschlechtlichen Funktionen usw., mit massiven Dosen Digitalis behandeln wollte. Hier sind die homöopathischen Dosen am Platz, weil es sich hier um lebendige Symptomatik handelt, die die Anlage zur Selbstheilung in sich trägt und keines Massenanstoßes bedarf, sondern nur einer Mahnung in Form einer Reizmasse.

Somit halte man das als ein Hauptergebnis der wirklichen, d. h. nach dem Schema der Ernährung arbeitenden Heilkunde fest: die Krankheiten sind nicht alle grundsätzlich heilbar. Die Heilbarkeit hat ihre Grenzen. Diese Grenzen sind durch eine gewisse

Stärke der Anlagen gegeben. Ueber diese Anlagen kann man nicht kraft des Geistes als wie über ein nichts hinweggehen, wie die Wunderheilungen es wollen. In Lourdes fragt man nicht nach den Anlagen, man heilt nur, aber diese Heilungen sind auch danach.

Nun aber dem anderen Extrem verfallen und, wie die Schulmedizin will, aus der Heilbarkeit einen erfahrungsgemäß zugänglichen Wert machen, das ist ebenso falsch. Erfahrungsgemäß läßt sich die Grenze der Heilbarkeit nicht feststellen. Prognose, wenn sie wissenschaftlich auch noch so gut begründet erscheint, bleibt immer nur ein Wahrsagen mit all den Möglichkeiten einer Wahrsage. Die Krankheit bestimmt sich die Grenzen ihrer Heilbarkeit selber und treibt oft genug ihren Spott mit den gelehrten Häuptern, die ihr die Grenzen bestimmen wollen. Erfahrungsgemäß unheilbare Krankheiten können heilbar werden und umgekehrt.

Hoffnung ist immer da, solange der erkrankte Organismus überhaupt noch einer lebendigen Symptomatik fähig ist. Ob diese Hoffnung sich erfüllen wird, das ist eine andere Sache. Aber es ist ein großer Unterschied, ob der Arzt Hoffnung macht blindhin, um Hoffnung zu machen, oder ob er selber die Möglichkeit einer Hoffnung sieht. Und diese Möglichkeit sieht er als guter Homöopath.

Um diese Möglichkeit mit der nötigen Geschmeidigkeit ausnutzen zu können, dazu gehört freilich auch, daß ihm sein Handwerkszeug, die Handhabung des Arzneimittels, unverkümmert bleibt.

Die Frage des Selbstdispensierens ist ein Streitpunkt zwischen Schulmedizin und Homöopathie seit vielen Jahrzehnten. Die Stellung der Apotheken zu dieser Frage ist bekannt und selbstverständlich. Aber schließlich muß man doch bedenken, daß der oberste Gesichtspunkt immer der ist, dem Kranken und dem Arzte keine Möglichkeit zu entziehen, die die Heilerfolge fördern könnte. Das Richtige wäre es, wenn jeder Arzt sich sein Instrument, die Arznei, selber zubereitete. Wenn die Schulmedizin durch eine unglückliche weltanschauerische Einstellung in die Klauen der chemischen Großindustrie geraten und damit gleichzeitig auch dem Apotheker verfallen ist, mit welchem Recht will man den Teil der Heilkunde, bei dem dieses nicht der Fall ist, durchaus in das gleiche Joch pressen! Der Kampf sollte nicht darum gehen, daß der Homöopathie ihr sogenanntes Sonderrecht genommen wird (das bedeutet nur eine allgemeine Herabdrückung der Heilungsmöglichkeiten, und das kann im Sinne keiner Gesetzgebung liegen), sondern

darum, daß auch die Schulmedizin anfängt, soweit als möglich selber zu dispensieren; wozu freilich die unerläßliche Vorbedingung eine andere gedankliche Einstellung sein würde.

Ehe ich meine Bemerkungen über die Homöopathie abschließe, will ich versuchen, an einem Beispiel klarzumachen, wie etwa ein vollständiges homöopathisches Prüfungsbild sich gestaltet.

Die auffallendste und bestimmende Eigenart einer guten Prüfung ist diese, daß sie nicht nur Tatsachen auswirft, wie sie im Aufeinanderwirken von Arznei und Prüfer sich ergeben, sondern daß sie diese Tatsachen wieder unter bestimmten Modalitäten, oder wie ich es seinerzeit genannt habe, Reaktionen zusammenfaßt und so der ganzen, andernfalls unübersichtlich und praktisch unhandlich werdenden Masse der Symptome einen einheitlichen Charakter gibt.

Beispiele mögen das klar machen. Das Symptombild des Arsen ist eins der umfangreichsten der ganzen Arzneimittellehre, und seine Symptome mögen durch neue Prüfungen immer noch vermehrt werden, d. h. das Arzneibild mag für den praktischen Gebrauch immer noch unhandlicher werden; aber sie alle, die da sind und die noch kommen mögen, haben besondere, übergeordnete Merkmale, die dasein müssen, wenn man Hilfe von dem Mittel erwarten will. Das ist bei Arsen die Verschlimmerung um Mitternacht, die Verschlimmerung durch Kälte, die hochgradige allgemeine Ueberempfindlichkeit gegen Schmerzen, die ängstliche Gemütsstimmung, die Schärfe der Absonderungen, wo sie sich auch zeigen mögen, und die Neigung der Schmerzen, wo sie auch auftreten mögen, den brennenden Charakter anzunehmen.

Oder nehmen wir das ziemlich ebensogut durchgeprüfte Bienengift (Apis mell.). Es geht rein symptomatisch in vieler Hinsicht eng mit dem Arsen zusammen; seine Magendarm-Erscheinungen sind denen des Arsen sehr ähnlich, aber unterscheidend ist die Reaktion auf Wärme bzw. Kälte; bei Arsen alles durch Kälte schlimmer, durch Wärme besser, ein frostiger Patient; bei Apis alles durch Kälte besser, durch Wärme schlimmer, ein Mensch, der Luft verlangt.

Oder vergleichen Sie Arsen mit Carbo veg. bei geschwürigen Vorgängen. Bei beiden haben die Ulcera den üblen bläulichen Farbenton, d. h. bei beiden handelt es sich um bedenkliche Fälle, beide haben scharfe, meist übelriechende Absonderungen, aber beide reagieren gleichfalls auf Kälte bzw. Wärme verschieden,

Arsen, wie gesagt, so daß alles durch Wärme besser wird, dahingegen der Carbo-Kranke fühlt sich schlimmer bei Wärme, örtlich wie allgemein. Er verträgt keine warmen Umschläge, sein Herz verträgt keinen warmen Raum, seine ganze Konstitution leidet kein feucht-warmes Wetter; obgleich er ein frostiger Kranker ist, der Mangel an Lebenswärme hat, der ständig an kalten Knien leidet, vor kalten Knien nicht schlafen kann, dessen Extremitäten (Finger, Nase) ständig bläulich aussehen, als ob sie frören, will er frische Luft haben. In schwerster Cholera oder choleraartigen Krankheiten mit drohender Herzlähmung, wo Arsen und Carbo in bezug auf die groben Symptome fast ununterscheidbar werden, schaffen die Reaktionen den Unterschied; am Arsenkranken scheint nichts mehr lebendig zu sein als diese schreckliche, ruhelose Angst, die einen verzweifelten Kampf mit der noch größeren Schwäche kämpft; dahingegen am Carbo-Kranken nichts mehr als dieser Hunger nach kühler Luft, die ihm möglichst intensiv durch Fächeln zugeführt werden soll.

Sie sehen, wie hier ein neues, bisher ungekanntes Leben in die so trockene Arzneimittellehre einzieht. Man kann sagen, in homöopathischer Auffassung wird jeder einzelne Fall zum Drama, wie er ja tatsächlich, recht gefaßt, ein in seiner Totalität bisher nie Dagewesenes, Erstmaliges ist. Begrifflich festgelegte Krankheitsschemen, die sich wiederholten als Lungenentzündung, Grippe, Ruhr, Tuberkulose usw., gibt es nicht in der Homöopathie. Wie jeder Mensch ein Einzigartiges ist, so ist jeder einzelne Krankheitsfall, echt Hahnemannisch gefaßt, ein Einzigartiges, eben ein Drama, und will als solches durch ein entsprechendes Arzneimittelbild behandelt werden.

Sie sehen, wie unerhört sich damit die Anforderungen an den Arzt steigern, aber Sie sehen auch, wie unerhört gleichzeitig damit die Heilungsmöglichkeiten wachsen, wenn der Arzt fleißig ist, tüchtig gelernt und selber geprüft hat, und wenn er vor allen Dingen die wichtigste Eigenschaft erfüllt: Gesunde Sinne. Allein mit begrifflicher Weisheit, die einer dem andern weiter geben mag, wie man einen verdeckten Korb von Hand zu Hand weiter gibt, ist es hier nicht getan. Hier heißt es, sehen können, was zu sehen ist, damit jenes lebendige Bild sich formen kann, das zu einer echten homöopathischen Kur unerläßlich ist.

Die Reaktionen, bei den Arzneiprüfungen einerseits, bei den

Krankheiten anderseits, in ihrer Bedeutung für die Therapie entdeckt zu haben, ist durchaus ein Verdienst Hahnemannschen Genies. Niemand vor ihm hatte die merkwürdige, völlig unerklärliche Eigenschaft gewisser Krankheiten, unter gewissen Umständen (z. B. nachts) in allen ihren Erscheinungen sich zu verschlimmern, der Behandlung dieser Krankheiten nutzbar gemacht, und niemand konnte es, weil ihm das Handwerkszeug dazu fehlte. Das ergab sich erst mit der nach Hahnemannschen Grundsätzen ausgeführten Arzneiprüfung. Erst sie lieferten ein Instrument, fein genug, um diesen Feinheiten der Krankheit nachzukommen.

Die Reaktionen sind sozusagen die Creme der homöopathischen Arzneimittellehre; aber es gibt eine andere Gattung von Symptomen, die ihnen an Wichtigkeit gleichkommt, und die auch eine spezielle Errungenschaft der homöopathischen Heilmethode sind: die *Gemütssymptome*.

Wie es durchaus nicht möglich gewesen ist, jedem der zahlreichen Arzneimittel Reaktionen zu entlocken, so ist es auch nicht immer möglich gewesen, ihnen Gemütssymptome zu entlocken. Aber wo es gelungen ist, sie hervorzurufen, da sind sie, mit den Reaktionen, die wertvollste Bereicherung unserer Arzneimittellehre. Beides, die Reaktionen und die Gemütssymptome, sind das, was dem homöopathischen Heilverfahren jene persönliche Note gibt, wie sie kein anderes Heilverfahren hat und auch nicht haben kann, weil die Homöopathie, wie gesagt, das einzige Heilverfahren ist, das nicht mit Krankheitsbegriffen, sondern mit lebendigen Erlebnissen arbeitet.

Das führt mich auf den zweiten Punkt, den ich, bevor ich die Homöopathie verlasse, hier auch noch kurz erwähnen muß: ihr gegenwärtiges Verhältnis zur Schulmedizin.

Wie gesagt, ist diese ganze Renaissance der Homöopathie von der Schulmedizin ausgegangen, und es hat sich damit die Frage aufgetan: Wie weit sind denn nun Homöopathie und Schulmedizin wirklich vereinbar?

Meine ganzen Darlegungen verdanken letzten Endes diesem Problem ihre Entstehung, indem Dr. *Heinrich Meng*, dessen Energie es gelungen ist, diesen internationalen homöopathischen Aerztekurs in Stuttgart zustande zu bringen, mich aufgefordert hatte, etwas über die Stellung der Homöopathie und ihr Verhältnis zu den andern Heilmethoden zu sagen.

Soviel ich sehe, bestehen gegenwärtig auf Seiten der homöo-

pathischen Aerzte lebhafte Bestrebungen, die Homöopathie zu verwissenschaftlichen, d. h. in einer Form darzustellen, als ob sie eine reine Erfahrungswissenschaft wäre wie die Schulmedizin auch, oder es doch werden könnte, wenn man auf Seiten der homöopathischen Aerzte nur den guten Willen zu einem Kompromiß hätte.

Aber so liegt die Sache nicht. Die Homöopathie in die Form einer Erfahrungswissenschaft kleiden, heißt ihr ihre Eigenheit, ihr Bestes nehmen, und sicherlich ist die oberste Pflicht des guten Homöopathen nicht die, daß er versucht, seine Lehre der Schulmedizin anzupassen, die, als die bei weitem größte und daher mit größerer Anziehungskraft begabte Masse, die Homöopathie leicht zu ihrem Trabanten machen kann, sondern seine oberste Pflicht ist die, daß er das kostbare Erbe Hahnemanns rein zu erhalten sucht. Der *modus vivendi* zwischen Homöopathie und Schulmedizin ist nicht der, daß beide zu einem Kompromiß kommen, bei dem die Homöopathie notwendig immer der leidende Teil sein muß, sondern der, daß eine reinliche Scheidung des Wesens beider und der Wirkungsbereiche beider sich vollzieht.

Diese reinliche Scheidung kann nur vom guten Homöopathen ausgehen; denn er begreift damit, daß er Hahnemann recht begreift, auch gleichzeitig das Wesen der Schulmedizin, während der Schulmediziner damit, daß er sein eigenes Gebiet begreift, durchaus noch nicht das Wesen der Homöopathie mitbegreift.

Mag es anmaßend klingen, es ist aber so, und ich sage es gerade heraus: der homöopathische Arzt ist nicht nur Arzt schlechthin, der mit unermüdlicher Anstrengung des Tatsachenmaterials, das ihm über den Kopf wachsen will, Herr zu werden versucht, sondern er ist mehr, er ist noch etwas, nämlich ein geschmeidiger Kopf, der nicht nur arbeitet, sondern auch denkt. Freilich gibt es Homöopathen, denen diese letztere Eigenschaft abgeht, aber ihre Homöopathie ist dann auch danach. Homöopath sein, heißt nicht nur, homöopathisch handeln, sondern vor allem homöopathisch denken, und homöopathisch denken heißt handeln im Einklang mit einer Weltanschauung. Wer homöopathisch denkt, der wird ja verstehen, daß ein Kompromiß zwischen Schulmedizin und Homöopathie unmöglich ist. Beide stehen einander gegenüber wie die Welt der Lebens- und Wachstumsvorgänge der Welt der physikalischen Vorgänge gegenübersteht. Entweder die Schulmedizin verwissenschaftlicht die Homöopathie, wie Prof. Bier es jetzt versucht, dann

bleibt sie keine Homöopathie mehr, und die Rede von einem Kompromiß wird hinfällig, oder die Schulmedizin als Ganzes bekehrt sich zur Homöopathie; das ist so undenkbar, wie es unmöglich ist, daß die Sonne plötzlich anfängt, sich um die Erde zu drehen. Das einzige, was hier zu tun und zu erreichen ist, ist nur die reinliche Scheidung der Gebiete: Hie Homöopathie — hie Schulmedizin. Nicht das ist der beste Homöopath, der die Homöopathie gleich einem Kautschukband überallhin ausdehnen will, sondern der auf Grund wirklicher Einsicht in ihr Wesen ihre Grenzen erkannt hat. Würde der Schulmediziner eben dahin kommen, nämlich daß er auf Grund einer wirklichen Einsicht in das Wesen seiner Heilmethode, d. h. auf Grund einer Weltanschauung ihre Grenzen erkennte, so wäre beiden Teilen geholfen. Aber daß er dahin kommt, das verbietet die natürliche Ueberheblichkeit des Schulmediziners, der im Begriff „Wissenschaft" Krone und Ziel alles geistigen Lebens sieht, ohne zu bedenken, daß sein ganzes Gebäude ja nur hypothetischen Wert hat, indem man sich begnügt, eine Lebenserscheinung auf die andere zu beziehen, d. h. zur Rückwirkung der andern zu machen und so das ganze Weltgeschehen in eine einzige Masse von Rückwirkungen zu verwandeln, die als solche keinen wirklichen, sondern nur hypothetischen Bestand haben kann, d. h. die nur so lange bestehen kann, als man auf die Frage verzichtet, wo denn die Wirkung steckt, die alle diese Rückwirkungen aus sich hervorgehen läßt. Anders ausgedrückt: die Wissenschaft sucht letzten Endes nicht Wahrheit, sondern Ergebnisse, und deswegen ist es möglich, daß sie sich mit den Lebenserscheinungen begnügt und die Frage nach dem in diesen Erscheinungen steckenden Leben resolut beiseite schiebt. Danach soll der Wissenschafter Wert und Wesen der Wissenschaft beurteilen und sich vor Ueberheblichkeit hüten.

III.

Ich gehe auf jene zweite Erscheinung innerhalb der modernen Heilkunde über, die vielleicht allein an Ansehen und Bedeutung mit der Homöopathie sich messen kann: die *Psychoanalyse*.

Wenn irgend eine Heilmethode auf das Schlüsselwort *Anlageänderung* eingestellt ist, so ist es die Psychoanalyse mit ihrer Rückbeziehung alles Krankhaften auf die Sexualität als Wurzel. Hier, von dieser Anlage aller Krankheit, soll der Umschwung, die Hei-

lung als des *Ursprungs Reinigung* im strengsten Sinne des Wortes einsetzen.

Dem ersten Anschein nach ist man geneigt, die Psychoanalyse als eine Form der geistig-dynamischen Heilmethode anzusehen und sie vielleicht neben Coué zu rangieren. Aber das wäre falsch. Die Freud'sche Psychoanalyse ist eine wirkliche, d. h. nach dem Schema der Ernährung sich vollziehende Heilmethode, nur ist sie, wie die Homöopathie auch, ein Sonderfall der Ernährung. Ein in der Ernährung zurückgebliebenes Gebiet, ein Gebiet mit unterdrückten, wie die Psychoanalyse sagt, mit verdrängten Wachstumserscheinungen soll wieder in den natürlichen Säftestrom hineingerissen werden, frisch durchblutet, neu-ernährt werden. Aber, und das ist die Besonderheit der Psychoanalyse, die Neu-Ernährung vollzieht sich nicht auf Grund der Zuführung neuer Nahrung von außen her, wie man es bei einem natürlichen Ernährungsvorgang erwarten sollte, sondern sie soll sich aus den Hilfsquellen des eigenen Organismus heraus vollziehen. Es ist etwa so, als wenn jemand seinen Durst mit dem im eigenen Gewebe aufgehäuften Wasser stillen oder seinen Hunger durch Aufsaugung der in den eigenen Geweben aufgehäuften Fettmasse stillen soll.

Ob er das im einzelnen Falle kann, ist fraglich. Die Tatsache, daß Wasser da ist und daß Fett da ist, vielleicht in Massen, genügt nicht. Es geht bei der Ernährung ja nicht um Massen, sondern um Bekömmlichkeiten, und man lebt nicht von dem, was man der Masse nach zu sich nimmt, sondern von dem, was man verdaut, assimiliert. So mag einer trotz einer Unmasse Wasser in seinen Geweben verdursten und trotz einer Unmasse überflüssigen Fettes in seinen Geweben verhungern. Aehnlich geht es bei der Psychoanalyse. Man spricht viel von den Gefahren einer übertriebenen Psychoanalyse. Ich glaube, mit Recht! Ein Verfahren, das nach dem Schema der Ernährung arbeitet, aber dabei die nährenden Bestandteile nicht von außen her heranzieht, *ernähert*, sondern sie aus dem eigenen Bestand des Organismus hergeben soll in Form von geistigen Nährstoffen — ich sage: ein solches Verfahren ist immer gefährlich, und diese Gefahren werden auch durch größte Vorsicht und durch ausgiebige Unterweisung des Arztes nie ganz gebannt werden können. Trotzdem wird die Psychoanalyse nie wieder aus dem Bereich der Heilkunde verschwinden, so wenig wie die Homöopathie je wieder aus ihr verschwinden wird; beide aus

dem gleichen Grunde: weil beide Vertreter einer wirklichen, nach dem Schema der Ernährung sich vollziehende Heilmethoden sind und als solche ihre unerschütterliche Berechtigung gegenüber der rein geistig-dynamischen Heilmethode einerseits, gegenüber der rein stofflich-mechanischen Heilmethode der Schulmedizin anderseits in sich tragen. Beide sind freilich insofern verschieden, als die Homöopathie von den Symptomen aus rückläufig auf die Anlage wirkt bzw. wirken will, während Freud umgekehrt von der Anlage aus, als die er die Sexualität entdeckt hatte, auf die Symptome wirken will, eine Richtung, die sich deutlich in seinem Leitspruch äußert:

Plectere si nequeo Superos
Acheronta movebo.

Im Acheron, dem dunkel-unheimlichen Urgrund der Krankheit, ihrer ersten Anlage, wollte er mit alles bewältigendem Griff einsetzen; von diesem dunklen Urgrund aus wollte er das Spiel der geist-körperlichen Ernährung in normale Bahnen leiten, des Ursprungs Reinigung vornehmen, aus eigenen Kräften heraus ohne Zuführung wirklicher Nahrung von außen her. Das mag gelingen, aber es wird nur gelingen in besonderen Fällen, über die man, so viel ich sehe, erfahrungsgemäß und im voraus gar nichts sagen kann.

Ich verlasse damit diese beiden markantesten und wichtigsten Erscheinungen der modernen Heilkunde: die Homöopathie und die Psychoanalyse, und trete an das Gewimmel der übrigen modernen Heilmittel und -methoden heran, die in völlig verwirrender Fülle in oft täglich neuer Form auf den Wanderer eindringen.

Zuerst will ich kurz auf ein Heilsystem hinweisen, das heute gleichfalls viel von sich reden macht, und bei dem der Charakter der Ernährung sehr viel leichter erkennbar ist als bei Homöopathie und Psychoanalyse. Ich meine die *Biochemie*, das Wort in diesem populären Sinne genommen, in dem es heute den Markt beherrscht.

Die Biochemie ist ihrem Wesen nach ohne weiteres als Form der Ernährung zu erkennen. Es werden dem Körper Mineralsalze, Erden usw. zugeführt, Stoffe, die er zu seinem Bestand gebraucht, und von denen man ihn als verarmt betrachtet.

Dieser Gedanke, der von dem homöopathischen Arzt *Schüßler* ausging, ist ein verteufelt gescheiter, nur kann es bei gescheiten Gedanken vorkommen, daß sie zu gescheit sind, und der Schüßler-

sche gehört dahin. Er macht den lebendigen Vorgang der Ernährung zu einem Mechanismus, bei dem einfach wie im Reagenzröhrchen nachgefüllt wird; aber es wird nachgefüllt nicht auf Grund einer lebendigen Forderung des erkrankten und hungernden Organismus, sondern auf Grund von Theorien, die so ausfallen können, aber auch anders.

Man versucht, man probiert, was „anschlägt", das Wort im wirklichen Sinne genommen, denn eine auf solche Weise zugeführte Nahrung mag wohl leicht einmal bei dem damit bedachten Organismus keinen Anklang finden. Was an der Biochemie Gutes und Wirkliches ist, das geht auf Rechnung der Homöopathie und des Simile-Gesetzes. Was an der Biochemie nicht unter diesen Schutz der Homöopathie fällt, das ist leere Theorie, nach den Grundsätzen eines mechanisch-materialistischen Denkens sich vollziehend, und hat mit der lebendigen Wirklichkeit „Ernährung" nichts zu tun. Entweder man prüft die biochemischen Salze und wendet sie der Prüfung entsprechend an, dann hat man keine Biochemie mehr, sondern lebendige Homöopathie; oder man verwendet diese Salze zu bloßen Nährmitteln für Nerven, Gewebe, Blut usw., dann hat man eine vollendet grobe Theorie und weiter nichts.

Natürlich gilt hier, was bei den geistig-dynamischen und der stofflich-mechanischen Heilmethode auch gilt: die Tatsache, daß sie, die Biochemie, keine wirkliche Heilmethode ist, hindert nicht, daß sie hilft. Es liegt eben im Wesen der Wirklichkeit als eines Ernährungsvorganges, d. h. als eines Kraft-Stoffes, daß er sowohl im Sinne eines reinen Kraftvorganges, rein dynamisch gedeutet werden kann, wie im Sinne eines reinen Stoff-Vorganges, d. h. rein mechanisch gedeutet werden kann und die entsprechenden Heilmethoden ermöglicht. Es ist nicht einzusehen, weshalb die Nachfüllmethode der Biochemie nicht auch wirken soll; aber sie ist ein blindes Topfschlagen, und der suggestive Eindruck, daß sie nach dem Schema der Ernährung arbeitet, ist nur ein Schein.

Das mag über die Biochemie genügen und ebenso über verschiedene andere Heilmethoden, die heute unter allerhand möglichen und unmöglichen Namen sich auf den Markt drängen, die aber alle auf das *eine* Schlagwort antworten: Verbesserung der Ernährung; denn dahin haben wir es ja im Laufe unserer historischen viertausend Jahre gebracht, daß „Essen und Trinken frei" ein Ding geworden ist, zu dem „eins, zwei, drei nötig sei".

Wenn ich mich nun den Strömungen der modernen Schulmedizin zuwende, so kann das natürlich nicht unter dem Anspruch geschehen, als ob ich alle diese Strömungen kennte und verfolgt hätte — wer kann das heute überhaupt noch! — aber so weit ich sie kenne und sie habe verfolgen können, scheint mir, daß sie sich in zwei große Richtungen spalten. Die eine bleibt unentwegt auf dem alten stofflich-mechanischen Standpunkt der Massenwirkung stehen und bemüht sich nur, durch geschickte Zusammensetzung der einzelnen Bestandteile ihrer Arzneigemische diese Massenwirkung mit ihrer Schädigung auf ein Minimum herabzudrücken.

Man hat gefunden, daß man z. B. zur Ausübung einer gewissen Wirkung von einem bestimmten Mittel, sagen wir ein Gramm gebraucht; kombiniert man aber dieses Mittel mit einem andern in gleicher Richtung wirkenden, daß man dann von jeder der beiden Komponenten, etwa Secale und Hydrastis, nicht je ein halb Gramm, sondern vielleicht, grob gesprochen, nur je ein Viertelgramm gebraucht. Diese Bestrebungen mögen zweckmäßig sein, man darf aber nie vergessen, daß die auf Masse zugeschnittene Arzneiwirkung immer nur für einen ganz kleinen Ausschnitt der Krankheiten, das, was ich die Gefällekrankheiten genannt habe, paßt, und daß derartige, mit großer Verschwendung von Technik auf den Markt gebrachte Kombinationen nur dazu verleiten, dieses enge Gebiet zum Schaden der Kranken zu überschreiten. Außerdem wird auch hier trotz aller Kunst der Kombination die Krankheitsanlage nicht mitgefaßt, und endlich verkuppelt diese Methode die Heilkunde immer mehr an die Großindustrie.

Um das hier zu sagen: Die Stellung der chemischen Großindustrie ist ein schwarzer Fleck im Feld der modernen Heilkunde. Die Großindustrie hat mit Heilen nichts zu tun, zum mindesten, sie braucht nichts mit ihm zu tun zu haben, wenn das Heilgeschäft richtig verstanden wird. Wie wir unsere Nahrung nicht aus den Fabriken, sondern aus der Natur beziehen, so sollten wir auch unsere Heilmittel nicht aus den Fabriken, sondern aus der Natur beziehen. Aber die chemische Großindustrie spielt hier den allzeit bereiten Helfershelfer der geistigen Verlotterung unserer hastenden, gedankenarmen Zeit. Rein synthetische Schlaf-, Herz-, Fieber- und Abführmittel finden immer wieder Anklang, auch wenn der Markt mit hundert Arten überschwemmt ist. Wie niemand geneigt ist, eine kärglich-naturgemäße Lebensweise zu führen, so ist auch nie-

mand geneigt, die Folgen seiner Unmäßigkeit zu tragen. Schlaflosigkeit, Schmerz, Fieber sollen sofort schwinden; die unersetzlich reinigende Kraft des Symptoms soll gewaltsam, um jeden Preis ausgeschaltet werden. Daß es unter Umständen förderlich sein mag, zu leiden, daß Leiden eine Phase der Heilung sein mag, zu einer derartigen Höhe der Betrachtung hat unsere Zeit keine Anlage. Daß letzten Endes hinter aller Krankheit das Moment der Schuld ruht, und daß Schuld Sühne verlangt, über solche Gedanken dünkt unsere Zeit, die alles kann, außer leiden und dulden, sich erhaben, und beweist damit nichts als ihre jämmerliche Flachheit und ihren Mangel an wahrer Bildung.

Die andere große Richtung in der modernen Heilkunde ist die Reizkörpertherapie in ihren verschiedenen Formen.

Auch hier kann ich nicht ins Einzelne gehen, schon aus dem Grunde, weil ich gar nicht genügend über diese Einzelheiten unterrichtet bin; aber soviel ist mir durchaus klar, daß alle diese zahlreichen Versuche, den Organismus durch Zuführung bestimmter Stoffe, bestimmter Reize, mögen sie organisch oder unorganisch, abgestimmt oder unabgestimmt sein, zu beeinflussen, nach dem Schema der Ernährung arbeiten; nur spielt sich diese Ernährung in perverser Form ab, erstens weil sie, wenn auch nicht immer, so doch der Regel nach, in der Form der Einspritzung vollzogen wird, und zweitens weil diese so zugeführten Nährmittel sich gar nicht darum kümmern, ob sie dem Organismus genehm sind oder nicht. Man klopft an, und wenn der Organismus auch das Tor seines Geheimnisses nicht öffnet, so erzielt man wenigstens Erschütterungen, ja unter Umständen Erdbeben, die große Bestände über den Haufen werfen. Man ist stolz auf die neuen Mächte, die man dem leidenden Organismus gegenüber in die Hand bekommen hat, nur fehlt das Gesetz, das diese Mächte zügelt und sie einer wissenschaftlichen Heilmethode dienstbar macht.

Eine der ersten Formen dieser neuen Reiztherapie war meines Wissens die Milchinjektion. Hier tritt das Schema der Ernährung klar zutage, nur der Weg der Verabfolgung ist ein perverser, der sich ja dann auch oft genug durch wenig liebsame, weit über das gewünschte Maß hinausgehende Reaktionen rächte.

Heute ist man bereits so weit, daß bei der organischen wie unorganischen, bei der abgestimmten wie unabgestimmten Reizkörpertherapie die Hauptsorge die ist, die Wirkung zu beschränken und

zu richten, auf eine bestimmte Richtung einzustellen. Die Möglichkeit der Wirkung ist da, ja sogar die Möglichkeit einer fast ungemessenen Wirkung, nur die Möglichkeit fehlt, diese Wirkung in den Dienst eines wirklichen Heilens zu stellen, und diese Möglichkeit fehlt, weil es sich bei all diesen Versuchen lediglich um perverse Ernährungsanstöße handelt, die ihre Perversität durch die Gewaltsamkeit ihrer Reaktionen erweisen.

Diese Gewaltsamkeit beruht einerseits auf der Grobheit der Zuführung, anderseits auf ihrem Mangel an Abgestimmtheit, an Bekömmlichkeit. Man gibt dem hungernden Organismus, noch dazu auf einem perversen Weg, etwas, von dem man nie wissen kann, ob er es assimilieren, nährend verarbeiten wird oder nicht; man führt ihm nur gewaltsam eine Nahrung zu, trivial gesprochen, man brummt ihm eine Nahrungsmasse auf und läßt ihn zusehen, wie er damit fertig wird. Die krampfhaften Zuckungen eines empörten Organismus sind die Folge.

Es ist fraglos, daß man diese Perversitäten wohl ahnt und sie beseitigen möchte. Es geht eine allgemeine Tendenz durch die moderne Reizkörpertherapie, wenigstens die Form der Einverleibung dem Schema der natürlichen Ernährung besser anzupassen. Man geht von der Form der Einspritzung bewußt auf die perkutane Form und von dieser auf die orale Form der Einverleibung über, aber das ändert nicht die Gewaltsamkeit, die Artfremdheit, die Unassimilierbarkeit des Dargebotenen, wenn auch erfahrungsgemäß festzustehen scheint, daß schon allein durch die natürliche Verwendungsform, d. h. durch die Verabreichung durch den Mund, oft die heftigsten, krampfhaftesten Abwehrerscheinungen des bedrängten Organismus gemildert werden. Und bedrängt ist der Organismus hier deshalb, weil er in dem wesentlichsten Recht und Gesetz aller Ernährung, dem Gesetz der Auswahl nach Bekömmlichkeit, gewaltsam gestört wird.

Freilich mag es auch hier gehen wie bei der dynamisch-geistigen und der mechanisch-stofflichen Behandlung: Es mag eine Wirkung sich ergeben, es mag, wie man sagt, helfen, aber nur dann, wenn der Organismus einmal auf das gewaltsam Dargebotene anspricht und es assimiliert. Das mag geschehen; das Schlimme ist nur, man weiß nicht, wann und wie es geschieht. Es fehlt das leitende Gesetz und es fehlt die Kenntnis der Sprache des erkrankten Organismus.

Diese kurzen Bemerkungen müssen hier genügen.

Wenn ich alle arzneilichen Systeme zusammenfassend rückläufig betrachte, so möchte ich sagen, die beiden Hauptgefahren der arzneilichen Behandlung sind erstens das Zuviel an Arznei, der Gebrauch von schwerem Geschütz bei allen jenen Ernährungsstörungen, die bis zu einem gewissen Grade stets die Neigung der lebendigen Symptom-Heilung und damit der Selbstheilung in sich tragen. Man traue dem Organismus. Ein Ding, das hören, sehen usw. kann, das das Wunder der Verdauung, der Drüsensekretionen und ihrer Auswahl vollbringen kann, das wird auch sicherlich ein gut Teil Fähigkeit haben, sich im Krankheitsfalle selber zu helfen. Und greift man ein mit Arznei, so versuche man immer, sich auf der untersten Linie zu halten und nicht mit Keulen zuzuschlagen, wo das Kitzeln mit einer Flaumfeder es besser tut.

Es gibt ein bekanntes Wort, ich weiß im Augenblick nicht, von wem es ist, das heißt: „Mein Sohn, du weißt nicht, mit wie wenig Weisheit die Welt regiert wird", und ebenso könnte man bei uns sagen: „Mein Sohn, du weißt nicht, mit wie wenig Arznei die Krankheiten kuriert werden können."

Nach allem vorher Gesagten ist ohne weiteres klar, daß hier die klassische Heilmethode die Homöopathie ist. Sie arbeitet nie mit schwerem Geschütz, sondern paßt sich der Krankheit und ihren Bedürfnissen an mit einer Feinheit und Geschmeidigkeit, die durchaus unübertroffen und unübertreffbar ist.

Der zweite Fehler ist das Arbeiten mit unbekanntem Handwerkzeug, d. h. das Eingreifen mit Mitteln, von denen man nur weiß, *daß* sie wirken, aber nicht *wie* sie wirken und im einzelnen Falle wirken werden. Es ist sicherlich ein gefährliches Ding, sein therapeutisches Handeln darauf zu beschränken, daß man überhaupt nur Erschütterungen hervorruft, ohne zu wissen, wie weit dieselben um sich greifen und was sie einreißen werden.

IV.

Ich setze den mit dem Vorigen eingeleiteten Gedankengang nunmehr weiter fort. Zwischen Gesundheit und Krankheit bestehen, wie gezeigt, keine grundsätzlichen, sondern nur phasenmäßige Unterschiede. Alles ist Ernährung. Jede Form der Heilkunde, soll sie wirklich sein, muß nach dem Schema der Ernährung arbeiten. Die einzige Heilmethode, die diese Bedingung erfüllt, ist die Homöopathie.

Aber auch sie arbeitet nur nach dem Schema der Ernährung. Homöopathische Potenzen sind keine Nahrungsmittel, mit denen man das Leben unterhalten kann. Ueber sie hinaus weist der Weg in jene letzte, wirkliche Heilmethode: *Ernährung selber als Diät*, d. h. Ernährung in einer Form, wie sie der Krankheit angepaßt ist.

Diät ist sicherlich eine der ältesten und ehrwürdigsten Heilmethoden; alle alten Aerzte waren große Diätetiker. Man lese doch des Hippokrates' Bücher über Diät, und man wird erstaunt sein über die Feinheiten, ja stellenweise Ueberfeinheiten, die hier geboten werden. „Weizen ist von Weizen unterschieden" (Diät, III. Buch). Aber gerade unsere Zeit sollte für diese Feinheiten mehr Aufnahmefähigkeit haben. Heute soll alles eine persönliche Note haben; die Kleidung soll nicht mehr nach dem Uniformschnitt der Konfektionsstuben gearbeitet werden, sondern nach der Körperform und dem Charakter ihres Trägers bzw. ihrer Trägerin. Wenn aber etwas Anspruch auf die persönliche Note erheben muß, so ist es sicherlich die Diät, und gerade hier herrscht eine Einförmigkeit, schlimmer als irgendwo sonst. Wie es einer macht, so machen es alle. Die Restaurationen und Speisehäuser arbeiten alle nach ein und demselben Schema, dem sich der Gast eben fügen muß, und niemand bzw. sehr wenige nehmen hieran Anstoß, indem niemand bzw. sehr wenige sich die Mühe machen, über ihre Diät nachzudenken und ihr jene persönliche Note zu geben, die hier sicherlich notwendiger ist als auf irgend einem andern Gebiet. Es soll gern anerkannt werden, daß gegenwärtig viele Bestrebungen auf dem Gebiet der Diätetik lebendig sind, aber sie alle gehen insofern fehl, daß sie alle, trotz der Reformen, die sie bringen bzw. bringen wollen, mit Programmen arbeiten und die individuelle Note, auf die vor allem es ankommt, vernachlässigen.

Wie der alte Spruch: „Ueber die Geschmäcke ist nicht zu disputieren" besagt, hängen Bekömmlichkeit und Wohlgeschmack eng zusammen, und wenn irgend etwas meine persönliche Angelegenheit ist, so ist es die des Wohlgeschmacks, das Wort nicht im Sinne der Leckerei genommen, sondern im Sinne dessen, was den Magen des einzelnen zu seiner besten Leistung anregt.

Auf diesen Punkt muß man Achtsamkeit und Nachdenken verwenden. Das Essen ist kein notwendiges Uebel, über das man sich möglichst schnell als ein ungeistiges, ja den Geist entwürdigendes Moment hinwegsetzt, es soll auch kein Fest sein, das man mit der

behaglich-freudigen Stimmung eines Festteilnehmers feiert, wie Hufeland in seiner Makrobiotik meint, sondern Essen ist Lebensnotwendigkeit. Leben in allen seinen geistigen wie körperlichen Formen ist selber Essen, und es kommt nicht darauf an, die „tierische" Tatsache des Essens möglichst beiseite zu schieben, sondern sie in den Dienst einer wirklichen Weltanschauung zu stellen, wo man dann vor ihrer Unterschätzung ebenso wie vor ihrer Ueberschätzung geschützt bleiben und die Diätfrage in den Rang einer Kulturfrage erheben wird. Man hört heute von allen möglichen Arten von Kulturansprüchen, von Nackt-Kultur und Kleidungs-Kultur und was weiß ich noch, aber der Sinn für die Notwendigkeit einer Magenkultur, d. h. einer persönlich gestimmten Diät, scheint noch nicht erwacht zu sein.

Es ist ein Zeichen der Verrohung unserer hoch-wissenschaftlichen Zeit, daß man den Schwerpunkt bei der Behandlung auf gefährliche und schlecht schmeckende Arzneien verlegt und die Diätetik kaum oder gar nicht beachtet. Und es ist ein Zeichen von Hahnemanns Genie, daß er als der erste nach langer Zeit wieder die Diätetik zu Ehren brachte. Der entscheidende Wert der Diätetik für eine wirkliche Heilkunde erweist sich vor allem aus der Tatsache der Ernährungs-Ausfall-Krankheiten, d. h. der Krankheiten, die allein dadurch entstanden sind, daß gewisse lebenswichtige Stoffe der Nahrung fehlen. Ich habe vorhin schon von den Avitaminosen gesprochen. Ich erwähne sie hier noch einmal als die Krankheiten, die, wie sie allein durch mangelhafte Diät entstanden sind, so auch allein durch rechte Diät geheilt werden können.

Als die moderne Heilkunde endlich so weit war, daß sie sich wieder wissenschaftlich mit Diät beschäftigte, da tat sie es von der unglücklichen mechanisch-materialistischen Weltanschauung aus, die in der Ernährungslehre auch nur ein Massenproblem sah mit der Exaktheit und Berechenbarkeit der Masse. Voit-Rubner war hier der leitende Geist, und die uns so wohl bekannte Kalorienlehre, nach der dem einzelnen Körper so viel an Eiweiß, so viel an Stärkemehl, so viel an Fett zudiktiert wurde, ob er es verlangte oder nicht, war das traurige Ergebnis, auf das man jetzt, nach der Entdeckung der Vitamine, doch mit einiger Beschämung zurückblickt.

Aber schon vor der Entdeckung der Vitamine hatte die Entdeckung der physiologischen Salze die Allgültigkeit der Rubnerschen Kalorienlehre mit ihrem Eiweiß- usw. Minimum erschüttert, und selbst vor der Entdeckung der physiologischen Salze hätten zwei Tatsachen diese exakte Einseitigkeit in Frage stellen müssen. Die eine Tatsache sind die sogenannten Reizmittel, und die andere Tatsache ist das Wasser.

Was ein Reizmittel ist, weiß jeder an Beispielen aufzuführen. Alkohol, Kaffee, Tee, Tabak, Opium, Kokain, Kola, Betel, Bier, Kakao usw. sind Reizmittel, aber die Definition für Reizmittel wird wohl kaum ein jeder ohne weiteres geben können. Ich gebe sie in der Form, daß ich sage: Reizmittel ist das, was beim Gebrauch eine Sucht, eine zwangsweise Gewöhnung schafft.

Mit der unerhörten Tatsache Gewöhnung trete ich noch einmal in das Wunder der Ernährung. Weder ein rein physikalisch-materialistischer Vorgang, als welchen die Schulmedizin Leben und Krankheit zu deuten sucht, noch ein rein Geistig-Dynamisches im Sinne der Christian Science sind der Tatsache Gewöhnung zugänglich. Der Gewöhnung zugänglich ist nur der Ernährungsvorgang, und zwar deshalb, weil hier von der Nahrung aus die Anlage und von der Anlage aus die Ernährung beeinflußt wird.

Ist das lange genug geschehen, so ist es die Eigenart der Reizmittel, daß die so geschaffene Anlage genau den gleichen Reiz fordert, der sie geschaffen hat. Das Spiel der Abhängigkeit zwischen äußeren und inneren Vorbedingungen entwickelt sich in der Form des zwangsweisen *circulus vitiosus*.

Der einem Reizmittel Verfallene ist zwar nicht unbedingt und ausschließlich auf dieses eine Reizmittel angewiesen, er mag sich mit einem Ersatz begnügen; aber im allgemeinen ist der Alkoholiker eben dem Alkohol verfallen, der Morphinist dem Morphium, der Kokainist dem Kokain usw. Es ergibt sich also hier ein Sonderfall der Ernährung, in dem Nahrung sich auf einen ganz bestimmten Reiz beschränkt, während sonst alle Nahrung innerhalb gewisser Grenzen Ersetzbarkeit zeigt.

Diese Einzigartigkeit des Reizes kann so weit gehen, daß bisweilen eine Suggestion genügt, um die Wirkung hervorzurufen. Es ergibt sich also, daß die Reizmittel im Gebiet der Nahrung ein Gegenstück zu dem sind, was ich vorhin die Begriffskrankheiten nannte.

Ich will hier einige kurze Bemerkungen über die Reizmittel einschieben.

Das am meisten verbreitete aller Reizmittel dürfte der Alkohol

in seinen verschiedenen Formen sein. Es gibt Völker, die den Tabak nicht gebrauchen, aber wohl kein Volk, das sich vom Alkohol freigehalten hat. Aber wie groß sind hier die Verschiedenheiten, die durch Klima und Konstitution bedingt werden. Für den Romanen, in der Antike wie gegenwärtig, kann der Wein kaum als Reizmittel in dem verhängnisvollen Sinne des Reizmittels angesehen werden. Die alten Griechen tranken ihren Wein, zu gewissen Jahreszeiten sogar ungemischt, wie wir Wasser trinken, und heute noch sind die Verhältnisse in Italien ähnlich. Das Bier spielt beim Süddeutschen und speziell beim Münchener eine andere Rolle als beim Norddeutschen. Der Frühstücksschnaps ist beim Holländer und Nordländer etwas anderes als beim Deutschen, und so besteht auch hier wie überall keine feste Grenze zwischen Nahrungs- und Reizmittel, sondern beide gehen gleitend ineinander über.

Beim Tabak ist dieses nicht der Fall. Er ist immer Reizmittel bzw. wird es durch den Gebrauch, denn die wenigsten haben wohl ihre ersten Rauchversuche aus Lust am Tabak gemacht. Dafür ist aber auch der Tabak das Reizmittel, dessen Aufgeben dem daran Gewöhnten am schwersten fällt, einerlei ob er geraucht oder gekaut wird.

Der Tabak hat nicht die begeisterten, oft poetischen Lobeserhebungen gefunden wie der Alkohol in der Form des Weins; einen Anakreon des Tabaks gibt es nicht; dafür haben aber gewichtige Stimmen ohne Ueberschwang sich zu seinen Gunsten ausgesprochen, indem sie ihm eine Art erzieherischer Wirkung zusprechen durch die Neigung zur Beschaulichkeit, wie sie mit einer Zigarre oder einem Pfeifchen sich halb und halb von selber einstellt; den pensionierten Lehrer oder Pfarrer kann man sich kaum ohne seine Pfeife denken.

Dieser Vorzug des Rauchens fällt freilich wohl ganz fort, wenn die Zigarre und Pfeife mit der Zigarette vertauscht wird. Sie entspricht der Hast unserer Zeit, sie macht oberflächlich, entwickelt nur die üble Seite des Rauchens, und als Dickens in einem seiner Romane den Satz schrieb: „Ein Mann, der raucht, denkt wie ein Weiser und handelt wie ein Samariter", da hat er sicherlich nicht den Zigarettenraucher gemeint. Unter den modernen Verbrechern gibt es wohl wenige, die nicht Zigarettenraucher wären.

So tritt auch hier die Verschiedenheit der Konstitution zutage. Dem einen scheint der Tabak ein Erhaltungsmittel des Lebens zu

sein, dem andern wird er fraglos zu einem Gift, das Herz und Nieren durch fortgesetzten Gebrauch in gefährlicher Weise beeinflussen kann. Bei Neurose, Neurasthenie, Neuritis und vor allem bei Sklerose darf man diesen Punkt in der Anamnese nie vergessen. Auch Magenleiden, Duodenal-Geschwüre haben ihren Grund sicherlich oft in einem übermäßigen Tabakmißbrauch.

Aehnlich geht es bei der Coca. Dem Bolivianer ist sie die wohltätige Hilfe, die es ihm möglich macht, die verdünnte Luft der Anden mit schweren Lasten zu durchschreiten, für den Europäer ist sie ein Reizmittel, das, zumindest in der Form des Kokains, mehr wie alle andern Reizmittel auf den Charakter zu wirken scheint.

So lehren die Reizmittel, daß der Begriff der Schädlichkeit mit großer Vorsicht zu fassen ist. Es gibt nicht schädliche Dinge schlechthin. Alles hängt von inneren Vorbedingungen und Umständen ab. Das was einmal Schädigung ist, mag ein andermal Hilfe werden und umgekehrt. Ich gebe ein etwas triviales Beispiel, das aber am besten zeigen wird, was ich meine.

Vor Jahren, bei einem Aufenthalt in Genua, ließ ich meine Uhr auf die Steinfliesen des Fußbodens fallen. Sie stand auf der Stelle still. Da ich im Begriff war, nach Indien abzureisen und mein Dampfer am nächsten Tage fällig war, ich überdies meine gute Uhr keinem fremden Uhrmacher anvertrauen mochte, so ließ ich es bei dem Tatbestand der stillstehenden Uhr bewenden und trat meine Reise an, in der Ueberzeugung, daß es auch wohl ohne Zeitmesser gehen werde. Tatsächlich ging es und noch besser, als ich gedacht hatte. Denn als ich nach dreiviertel Jahren zurückkam, hatte ich mich an das Abschätzen der Zeit ohne Uhr so gewöhnt, daß ich eine Reparatur der Uhr auch jetzt nicht für eilig hielt. Eines Tages, es mochte über ein Jahr seit dem ersten Fall verflossen sein, fiel meine Uhr wieder auf den Fußboden, diesmal freilich auf einen hölzernen. Als ich sie aufhob, ging sie, tadellos wie vorher, und ist so weiter gegangen.

Nun wird niemand bezweifeln, daß der Fall einer Uhr auf den Fußboden eine Schädigung für diese Uhr ist; aber wie dieses kleine Erlebnis zeigt, gilt selbst in solchem rein mechanischen Fall nicht der Begriff der Schädigung schlechthin. Eine Schädigung kann Heilmittel werden. Ich denke, es ist Lombroso, der irgendwo berichtet, daß ein Mensch, von dem Augenblick an, wo ihm ein Balken auf den Kopf gefallen sei, dichterische Fähigkeiten ent-

wickelte, die er sonst nicht gehabt habe. Nun gilt das Herabfallen eines Balkens auf einen menschlichen Schädel im allgemeinen nicht als ein akkreditiertes Mittel, um Poeten zu schaffen (es stände ja auch noch viel schlimmer in der Welt, als es ohnehin schon steht, wenn es derartige Mittel gäbe), sondern im Gegenteil als eine Schädigung, bei der der Betreffende sich eine Beule oder gar noch Schlimmeres holt, aber der obige Fall zeigt, daß selbst ein derart grob-mechanischer Insult nicht Schädigung schlechthin zu sein braucht.

Aehnlich geht es beim Reizmittel. Es ist nicht Schädigung schlechthin, sondern das, was der Betreffende in der Verarbeitung daraus macht. Dem einen wird es zum Segen, dem andern zum Fluch. Trotzdem, wenn ich meine Ansicht über die Reizmittel im allgemeinen zusammenfassen soll, so sage ich: Ein jeder sei bemüht, sie ganz zu meiden. Sie alle gehören nicht zu den Lebensnotwendigkeiten, und man bedenke stets, daß die Grenze, in der der freie Wille in ihrem Gebrauch zum Zwang wird, meist unmerklich überschritten wird, und daß man oft genug schon längst Sklave ist, während man noch glaubt, ein Freier zu sein.

Wie jeder Organismus Kraft-Stoff, Geist-Form ist und damit die Möglichkeit von Grenzgebieten gibt, in denen einerseits das Geistig-Dynamische, d. h. in Wahrheit der Begriff überwiegt, anderseits das Stofflich-Mechanische, die Masse, so ist die Nahrung immer nur Reizmasse und ergibt damit die Möglichkeit für Grenzgebiete, in denen einerseits das rein Reizartige überwiegt, in diesem Falle das Narkotikum, anderseits das rein Massenartige, das Wasser.

Daß das Reizmittel mit seiner Unberechenbarkeit einer wissenschaftlichen Ernährungslehre unzugänglich ist, ist ohne weiteres klar. Dieser Ernährungslehre zugänglich ist streng genommen nur der Wasserhaushalt, der, auf dem Gebiet der Nahrung, dem entspricht, was ich vorhin auf dem Gebiet der Krankheiten die Gefälle-Krankheiten genannt habe. Wie erst bei diesen das Moment der Berechenbarkeit und damit die Methode der Schulmedizin möglich wird, ebenso ist es beim Wasserhaushalt. Aber wie die Gefällekrankheiten sich unter Umständen im einzelnen Fall ihre Eigensinnigkeit bewahren und mit Hilfe lebendiger Symptome alle Berechnungen über den Haufen werfen mögen, so geht es auch hier. Auch der Wasserhaushalt ist nur zu berechnen, soweit das lebendige Spiel des Organismus diese Berechnungen nicht über den

Haufen wirft. Wie bei den Gefällekrankheiten, so kann man auch hier nur sagen: Es ist das Gebiet, das der Berechenbarkeit am nächsten kommt. Und es kommt der Berechenbarkeit am nächsten, weil es sich streng genommen gar nicht um ein wirkliches Nahrungsmittel handelt, sondern um ein Etwas, ohne das Ernährung nicht möglich ist. Kein Organismus kann bestehen, wenn ihm das Wasser entzogen und nur trockene Nahrung geboten wird, mag diese ihrem Kalorienwert nach noch so gehaltvoll sein. Anderseits kann aber auch kein Organismus allein von Wasser leben.

Das Entsprechende zeigt sich auf dem andern Grenzgebiet, dem der Reizmittel. Der Morphinist kann nicht ohne Morphium leben; es mag geschehen, daß er ohne Morphium eingeht, aber er kann auch nicht vom Morphium leben.

Wenn man fragte: Was ist für die Erhaltung des Lebens das Notwendigste? so würde ich antworten: das Wasser, entsprechend der erfahrungsgemäßen Tatsache, daß Durst schlimmer ist als Hunger und schwerer zu überwinden. Der Indier spricht nicht vom Lebenshunger, sondern vom Lebensdurst; er ist das Tiefere, das Ursprünglichere. Das Bedürfnis nach Nahrung im üblichen Sinne kann durch Uebung in unglaublicher Weise beschränkt werden, dahingegen der Wasserhaushalt geht seinen Gang, verlangt seine Rechte und wird, wenn ihm nicht wenigstens bis zu einem gewissen Grade Genüge getan wird, zum Versagen der Organe führen. Der Darm kann wochen-, ja vielleicht monatelang brachliegen, die Nieren wollen arbeiten, sie lassen sich nicht ganz still stellen.

Zwischen dem Differentissimum Reizmittel als dem einen Grenzgebiet und dem Indifferentissimum Wasser als dem andern Grenzgebiet liegt das weite Mittelgebiet dessen, was man Nahrung schlechthin nennt. Daß die Reizmittel einerseits, das Wasser anderseits keine von den Nahrungsmitteln qualitativ verschiedenen Dinge sind, sondern daß es sich bei ihnen nur um Grenzphasen der Nahrung handelt, geht daraus hervor, daß ein Reizmittel, z. B. Bier, Kakao usw., auch Nahrungsmittel sein kann, und daß anderseits das Wasser ein ständiger Bestandteil sämtlicher Nahrungsmittel ist.

Jedes Nahrungsmittel ist eine Reizmasse, d. h. etwas, das freilich nicht ohne Masse bestehen kann, das aber nicht von der Masse abhängig ist. Eine rein geistige Nahrung gibt es nicht. Die Suggestion, die den Morphinisten sein Morphium durch eine Spritze

destilliertes Wasser ersetzen läßt, ist eine Fiktion, wie die Idee einer rein geistigen Nahrung es auch ist. Man kann nicht, um mit Hamlet zu reden, „mit Hoffnungen gefüttert und mit Versprechungen gemästet werden". Aber eine reine Massennahrung gibt es auch nicht. Die Wissenschaft kennt tote Nährmassen, die nähren sollen, die es aber nicht tun, ja bei deren Genuß Tiere schneller verhungern als bei gänzlicher Nahrungsenthaltung. Künstliche, synthetische Nahrung gibt es nicht und wird es auch nie geben.

Bei jeder Reizmasse ist das Entscheidende die Bekömmlichkeit, und daraus wieder ergibt sich der Grad der Assimilierbarkeit.

Man fragt sich: Was vom Nahrungsmittel wird denn nun eigentlich jeweils im Ernährungsvorgang aufgenommen? In seinem Traktat über die Nahrung sagt Hippokrates: „Nahrung ist das Nährende der Nahrung." Daß es sich beim Ernährungsvorgang nicht um eine Massenwirkung handelt, besagt ja schon die Tatsache, daß, wie die Exkremente zeigen, das meiste des Aufgenommenen durch den Darm wieder ausgeschieden wird. Daß es sich nicht um einen massefreien Reizvorgang handelt, etwa nach Art der Katalyse, bei der der Katalysator den Vorgang nur anregt, aber nicht selber in ihm aufgeht, besagt die Tatsache, daß nicht alles wieder ausgeschieden wird, sondern nur ein bestimmter Anteil. Wie weit Berechnungen über das Verhältnis zwischen der Masse aufgenommener Nahrung und der Masse der Exkremente aufgestellt sind, weiß ich nicht, das kommt auch für uns nicht in Betracht. Es genügt die Tatsache, daß ein Teil aufgenommen, ein anderer ausgeschieden wird. Aber nach welchem Gesetz verläuft dieser Vorgang? Was wird von der dargebotenen Nahrung aufgenommen? In welcher Form wird es aufgenommen? Wie wird es verarbeitet?

Alles das ist das weite Gebiet der physiologischen Chemie, der sich die moderne Medizin mit erstaunlichem Eifer zugewandt hat, und die ja freilich die Vorbedingung für eine Diätetik im eigentlich wissenschaftlichen Sinne ist. Man muß wissen, was man dem Körper anzubieten hat, und wie er es in seiner geheimen Werkstatt verarbeitet, wenn man von einer wissenschaftlichen Diätetik reden will. Aber was für den denkenden Arzt von vornherein sicher war, das zeigt sich immer mehr durch die zahllosen Ergebnisse: Anknüpfungspunkte ohne Ende, aber nirgends eine verfolgbare Linie. Kraß gesprochen: wenn wir dem Körper Kalk zuführen oder Eisen zuführen, so können wir nicht wissen, ob wir damit eine wirkliche

Kalkanreicherung, Eisenanreicherung bewirken. Der Einzelfall mag sich so gestalten, daß die Kalk- bzw. Eisenzufuhr im verwickelten Körperhaushalt zu einer vermehrten Kalk- und Eisen-Ausfuhr und damit -Verarmung führt.

Ernährung ist eigensinnig; sie läßt sich ihre Gesetze weder ablauschen noch zudiktieren. Ihr einziges Gesetz ist das der Assimilation, d. h. der Angleichung dessen, was kraft des Ernährungsvermögens angeglichen werden kann. Was das ist, das können wir nicht wissen. Es ist eben ein individueller Vorgang. Ernährung ist Leben selber, und Leben heißt eben leben können.

So läuft letzten Endes alle wirkliche, nicht wissenschaftliche Diätetik (eine wissenschaftliche Diätetik gibt es meines Bedünkens nicht und wird es auch nie geben) darauf hinaus, daß man dem lebendigen Organismus lebendige Nahrung vorsetzt. Leben verlangt Leben, und wenn ich Nahrung eine Reizmasse nannte, so meine ich damit, daß sie etwas ist, in dem Leben noch genügend lange nachschwingt, um als Reiz auf den hungernden Organismus wirken zu können. Das ist das Grundgesetz aller Ernährung, und auf ihm muß sich jede wirkliche Diätetik aufbauen.

Es gibt keine Nahrung schlechthin. Ob ein Nahrungsmittel Nahrung ist, das besagt nicht sein Gehalt an gewissen Stoffen, sondern seine Assimilierbarkeit. Wie alles andere, so ist auch Nahrung keine festgelegte Tatsache, sondern ein Erlebnis. Was Nahrung ist, das erlebt sich im Essen, und alle Berechnungen über die Art der Verarbeitung im Organismus behalten hier immer den hypothetischen Charakter, der nun einmal aller Wissenschaft anhaftet. Es mag stimmen, es mag aber auch völlig anders sein.

Damit ist der Grundzug aller wirklichen Ernährung festgelegt; damit ist freilich auch gleichzeitig die Axt gelegt an die herkömmliche Ernährungsweise mit dem bedrohlichen Uebergewicht ihrer toten Nährstoffe. Im Mythus vom Prometheus, der das Feuer aus dem Himmel stahl und es den Menschen brachte, steckt eine tief verborgene Wahrheit. Mit dem Feuer wird dem Menschen das Mittel gegeben, sich von der lebendigen Nahrung abzuwenden und, um dem Gaumen zu frönen, sich toter oder doch in ihrer Lebendigkeit stark verkümmerter Nahrungsmittel zu bedienen. Mit dem Feuer kam die Möglichkeit des Fleischessens, mit dieser Möglichkeit der überschüssige Salzgenuß, mit beiden die Harnsäurebildung und mit ihr die Ausstoßung aus dem Paradies der Gesundheit.

Daß der Harnsäure-belastete Körper an seiner Lebensdauer leidet, ist nicht gesagt, aber das Gefühl der wirklichen Gesundheit geht unwiederbringlich verloren.

Damit tritt der die ganze wirkliche Heilkunde letzten Endes beherrschende Gedanke von der Krankheit als Schuld und vom Symptom als Sühne in das Gesichtsfeld des denkenden Arztes, und das Wort von des Ursprungs Reinigung gewinnt erst aus einer wirklichen Diätetik heraus Sinn und Bedeutung.

Bei einem Ernährungsvorgang liegt des Ursprungs Reinigung in der Nahrung, und alles kommt nur darauf an, den Begriff der Nahrung weit genug zu fassen, um das mitzufassen, worauf es ankommt.

V.

Ernährung ist, wie im vorigen gezeigt, körperlich und ist geistig und ist ein Mittleres zwischen beiden. Körperliche Ernährung ist Speise und Trank, geistige Ernährung ist das Berühren der Dinge mit den Sinnen, das geistige Innewerden der Sinnesberührungen als geistige Assimilation, und das sich ihrer Bewußtwerden als Ergebnis dieser geistigen Ernährung. Und endlich das Mittlere zwischen beiden ist die luftförmige Ernährung als Atmung. Die gröbste Nahrungsaufnahme ist die von Speise und Trank durch den Mund, die nächstfeinere die von Luft durch die Atmung, die feinste ist die geistige Nahrungsaufnahme durch die Sinnesorgane in Form von Empfindungen und Wahrnehmungen und durch das Denken als Begriffe und Bewußtseinsakte. Denken ist eine Phase im Ernährungsvorgang. Denken ist geradezu gesagt Essen; darüber muß man sich durchaus klar werden, wenn man Ernährung richtig und weit genug fassen will.

Ernährung ist alles, es ist nichts am Ich, das nicht Ernährung ist und der Ernährung unterliegt. An der Ernährung setzt die Verunreinigung ein, der Quantität nach als zu viel, der Qualität nach als unrein und unnatürlich.

Ein Ernährungsvorgang kann sich verunreinigen an Speise und Trank, an Atemluft, an geistigen Eindrücken, diese drei wieder im doppelten Sinn der Quantität wie der Qualität genommen; Verunreinigung in diesem dreimal zweifachen, also sechsfachen Sinn, ist des Ursprungs Verunreinigung, und in diesem dreimal zweifachen, also sechsfachen Sinn kann des Ursprungs Reinigung einsetzen: Rechte körperliche Nahrung, rechte luftförmige Nahrung,

rechte geistige Nahrung, der Menge wie der Beschaffenheit nach.

Aber was bedeutet das rein praktisch und im einzelnen Dasein?

Die erste Verunreinigung scheint mir die quantitative zu sein in bezug auf die grobe Nahrung.

Jeder Ernährungsvorgang hat das Streben, über sich selber hinauszugehen, indem er ja dieses über sich selber Hinausgehen selber ist. Wenn ich einen Apfel vom Baum breche und ihn mir einverleibe, so ist das ein Hinausgehen über mich selber auf die Außenwelt. Wenn ich die atmosphärische Luft einatme, so ist das ein Hinausgehen über mich selber auf die Außenwelt. Wenn ich mich mit meinen Sinnen an die Außenwelt ansauge und aus ihr Empfindungen, Wahrnehmungen, gedankliche Assimilationen und Bewußtseinsregungen, d. h. Werturteile über das Aufgenommene schaffe, so ist das ein Hinausgehen über mich selber, was aber nicht gleichmäßig sich vollzieht, sondern nach der Selbstgesetzlichkeit aller Ernährung: dem Gesetz der Assimilation.

Jeder Ernährungsvorgang als ein über sich selber Hinausstrebendes *hat* nicht Appetit als Funktion, sondern *ist* Appetit *(appetitus*, Strebung) selber, und hiermit ist von vornherein die Möglichkeit gegeben, daß dieser Appetitus über das Ziel hinaus schießt und mehr an sich heran reißt, als zur wirklichen Sättigung, welch letztere in der notwendigen Ergänzung des Ausgeschiedenen besteht, notwendig ist.

Als Kraftstoff, d. h. als die sich immer wieder bildende und erhaltende Form, die nicht ein fertig Gegebenes, sondern ein ständig wechselnder Spannungszustand ist, ist der Ernährungsvorgang eine Art dynamisch-statisches System, d. h. er unterliegt einer Statik, die nicht als solche, als Gegebenes da ist, wie bei einem physikalischen Ruhezustand, sondern die sich selber als solche erhalten, sozusagen dynamisieren muß.

Das ausschlaggebende statische Moment bei einem lebenden Organismus sind nicht, wie man wohl meinen könnte, die Knochen; denn es gibt viel tierische Formen ohne Knochen, ja sehr viel mehr ohne Knochen wie mit Knochen; aber es gibt fast keine tierischen Formen ohne Magen-Darmkanal, sozusagen der biogenetische Beweis dafür, daß Leben seinem Wesen nach Ernährung ist. Die Einrichtung des Magen-Darmkanals geht bis hinab zu den niedersten Lebewesen. Der Magen-Darmkanal zeigt in seiner Gestaltung nach der Entwicklungsstufe, der die betreffende Tierart angehört,

große Unterschiede. Ich erinnere an die Verschiedenheiten des Magen-Darmes bei reinen Pflanzenfressern und bei reinen Fleischfressern. Der Magen-Darmkanal ist in Wirklichkeit die lebendige Achse des Ernährungsvorgangs. Die Ausmaße des Magen-Darmkanals sind so beschaffen, daß sie mit dem übrigen Organismus in einer Art lebendigen Ausgleichs stehen, und jede Störung dieses lebendigen Gleichgewichts stört den funktionellen Ablauf des ganzen Ernährungsvorganges.

Auf Grund dieser Ueberlegung kann man sich wohl vorstellen, daß eine erste Ueberfüllung des Magens, die, nur dem Appetit folgend, über das zur Ergänzung des Ausgeschiedenen nötige Maß hinausgeht, den Ansatz zu einer ersten Gleichgewichtsstörung gibt, die anfangs sich wieder ausgleichen mag, die aber, oft wiederholt, schließlich dauernd wird und damit der Zukunft dieses einzelnen Lebewesens zum Schicksal wird. Der Begriff der Krankheit als Schuld setzt ein und wirft seine Schatten über das Ganze und sein Spiel: Der erste Sündenfall beim *Ich* setzt ein mit jener Gleichgewichtsstörung des Magen-Darmkanals, die aus einem ungezügelten Appetit stammt, einem Appetit, der über das hinaus geht, was zum Ersatz des Ausgeschiedenen nötig ist, und der nicht aus physiologischen Notwendigkeiten sondern aus sich selber heraus seinen Anreiz nimmt.

So setzt vom Magen aus, von der Gier des Essens aus, des Ursprungs erste Verunreinigung ein.

Schuld gebiert Schuld, Schuld in verstärktem Maße, in immer weiter steigendem Maße. Das physiologische Bild hierfür ist der *circulus vitiosus*, der fehlerhafte Zirkel. Mit der begangenen Schuld steigt die Anlage zur Schuld. Der einmal durch Maßüberschreitung erweiterte Magen behält die Anlage zu neuen und stärkeren Maßüberschreitungen, und das Ergebnis sind diese wandelnden Bäuche, die nicht essen, um zu leben, sondern die leben, um zu essen.

Hieraus ergibt sich der wahre Sinn des Begriffs der Anlage, wie er nur da klar werden kann, wo der Organismus als Ernährungsvorgang begriffen wird. Die Anlage ist kein gegebenes Etwas, sondern Ergebnis einer gewissen Ernährungsweise und ihre Vorbedingung in einem, d. h. etwas, das mit dem Ernährungsvorgang in lebendiger Wechselwirkung steht und, wie bereits gesagt, keine anatomische oder physiologische Tatsache ist, sondern ein Vorgang, der von der Ernährung aus der Beeinflussung zugänglich ist, vorausgesetzt, daß

er nicht schon aus dem lebendigen Spiel der Ernährung ausgeschieden ist und die Form des toten Gefälles angenommen hat. Eine Magensenkung, eine Vergrößerung des Herzens und der Aorta mögen Anlage sein in dem Sinne, daß sie noch im Strom der Ernährung stehen und von der Ernährung aus beeinflußbar sind, wie sie selber die Ernährung beeinflussen; sie mögen aber auch Gefälle-Erscheinungen sein, als welche sie von der Ernährung aus nicht mehr beeinflußbar sind.

Wenn man will, kann man alle Krankheiten, die durch ein in bezug auf Menge und Beschaffenheit über das Maß Hinausgehen, d. h. durch einen ungezügelten Appetitus entstanden sind, Taktlosigkeiten nennen, in dem Sinne, daß sie den Ernährungsvorgang aus seinem stato-dynamischen Takt bringen, der letzten Endes in seiner Gesamtheit das ist, was man Gesundheit nennt, und was der Einzelne als Gesundheit fühlt. Von einem in seinem Funktionieren gut ausbalancierten, nicht aus dem Takt gebrachten Magen-Darmkanal hängt die rechte Statik des ganzen Organismus und von ihr wieder die rechte Dynamik ab.

Die gleichen Taktlosigkeiten, wie sie auf dem Gebiet der groben Ernährung als Gleichgewichtsstörung zwischen Magen-Darmkanal und übrigem Körper sich vollziehen, vollziehen sich, in entsprechender Weise, auf dem Gebiet der luftförmigen Ernährung (Atmung), bei der freilich die hauptsächlichste Schädigung in der Aufnahme von der Quantität nach mangelhafter und der Qualität nach verunreinigter Luft besteht. Erst die modernen Gesundheitsbestrebungen, die in der Laienbewegung ihren Anfang genommen haben, haben auf die große, unersetzliche Bedeutung einer naturgemäßen Atmung hingewiesen. Es hat sich hier manch mystischer Gedanke mit eingeschlichen, aber der Kern ist richtig: kein reines Leben ohne reine Atmung.

Die dritte Art der Ernährung ist die geistige, die Assimilation der Sinneseindrücke. Maßüberschreitungen schaffen auch hier einen *circulus vitiosus*, auf den, wenn er sich auch nicht so klar in mechanischen Gleichgewichtsstörungen darstellt wie beim Magen-Darmkanal, doch auf jeden Fall das Wort paßt, das für jeden fehlerhaften Zirkel gilt: Je mehr er hat (und je mehr er bekommt), um so mehr will er. Je mehr man weiß, um so mehr will man wissen, zum Beweis dafür, welcher Art dieses Wissen ist.

Die Hastigkeit und gedankliche Unersättlichkeit unserer modernen

Zeit ist der Ausdruck dieses Uebermaßes von geistiger Ernährung, und die Folgen hiervon sind sicher viel tiefer und weitgehender als man denkt. Sie machen den Einzelnen zum wehrlosen Opfer des Zeitungsfutters und damit zum Spielball von Schlagworten, die in gewissen kritischen Zeiten das Futter werden können, von dem Parteien, Nationen, Religionen, Rassen usw. wie aus einem gemeinsamen Futtertrog sich sättigen. Beispiele sind überflüssig. Wir erleben die Folgen noch alle am eigenen Leibe.

So ergibt sich als erstes Gesetz einer wirklichen Diätetik, die auf die Anlage des Ganzen, auf des Ursprungs Reinigung ausgeht, Maß und Beschaffenheit, Quantität und Qualität der aufzunehmenden Nahrung, Nahrung im groben Sinne genommen als Aufnahme von Speise und Trank, ferner als Aufnahme von Atemluft und drittens als Aufnahme von geistigen Werten.

Alle Ueberschreitungen, Taktlosigkeiten sind schädlich, verunreinigen den Ursprung und schaffen eine Anlage mit der ganzen Gefahr aller Anlagen, dem drohenden *circulus vitiosus*.

Alles was man aufnimmt, in reinem, d. h. reinlichem, unbeschmutztem Zustand nehmen, ist zweite Aufgabe aller wirklichen Diätetik.

Es ist nicht möglich, eine spezielle Diätetik zu geben, weil, wie aus dem, was ich vorhin über Magenkultur gesagt habe, hervorgeht, alle Diät persönliche Angelegenheit ist, Sache des Nachdenkens, der bewußten Auswahl, des Erlebens. Letzten Endes ist alles, was den Magen betrifft, eine Art von Idiosynkrasie.

Tatsächlich gehen ja alle Diätformen in einer geradezu betroffen machenden Weise auseinander. Hippokrates in seinem Traktat über die *heilsame Diät* sagt: „Im Winter esse man möglichst viel, trinke möglichst wenig. Das Getränk sei reiner Wein, die Speise Brot, und die Beispeise bestehe in Braten. Gartengemüse gebrauche man zu dieser Zeit so wenig als möglich." Was würden unsere modernen Reformer mit ihrem entschiedenen „Grünfutter um jeden Preis" zu solchen Vorschriften sagen? An andern Stellen warnt er gar direkt vor dem Obst, und wenn ich meine eigenen Erfahrungen bedenke, die ich, nicht nur in den Tropen, sondern in dem Obstparadies Syrien, also einem Klima, ähnlich dem Griechenlands und Kleinasiens, gemacht habe, so möchte ich sagen: Der Mann hat recht!

Auf Obst und Grünfutter komme ich noch zu sprechen.

Was ist denn nun das eigentlich Wichtige bei der Diät, wenn die einzelnen Vorschriften, wie die Erfahrung zeigt, es nicht sind?

Das erste ist dieses, daß man lernt, zwischen Appetit und wirklichem Bedürfnis, wie es den Ausscheidungen entspricht und durch sie gerechtfertigt ist, zu unterscheiden. Wenn der Mensch Appetit hat, so ist damit noch nicht gesagt, daß er Nahrung zu sich nehmen muß. Es genügt hier bis zu einem gewissen Grade die Füllung des Magens, auf die letzten Endes es ankommt. Denn Hunger ist, sicherlich zu einem Teil, eine statisch-dynamische Gleichgewichtsstörung im Magen-Darmkanal. Wo diese Gleichgewichtsstörung nicht in einer wirklichen Ausscheidung ihren berechtigten Grund hat, sondern nur in wiederholten „Taktlosigkeiten" der vorhin auseinandergesetzten Art, da ist die Zuführung neuer Nahrung geradezu ein Fehler.

Meine Beobachtungen der letzten Jahre, vor allem an mir selber, haben mich gelehrt, daß man durchaus unterscheiden muß zwischen bloßer Füllnahrung und wirklicher Nährnahrung. Wer, wie es öfters vorkommt, nachts mit dem bekannten, unerträglichen Hungergefühl aufwacht, obgleich er zu Abend gegessen hat, der begeht einen großen Fehler, wenn er das als eine Mahnung ansieht, Nähr-Nahrung zu nehmen. Hier kommt es darauf an, eine gute Füllnahrung zu finden, die nur im Sinne einer Herstellung des gestörten statisch-dynamischen Gleichgewichts wirkt. Heißes Wasser, heißes Zuckerwasser, Wasser mit Honig oder Milchzucker, Kauen von gut getrocknetem Obst und ganz leichtes Gebäck (alter, trockener Honigkuchen), das bei minimalem Nahrungsgehalt kräftiges Kauen erfordert, ist hier am Platze, auch wenn das Symptom des nächtlichen Hungers in einer organischen Störung, z. B. einem Duodenal-Geschwür seinen Grund hat.

Schon lange beschäftigt mich der Gedanke, ein Brot herzustellen, das der Hauptsache nach nicht als Nährbrot dient, sondern als Füllbrot, und das daher aus Mehlen hergestellt sein müßte, die möglichst wenig Nährstoff enthalten. Theoretisch bin ich mir hier ziemlich klar, aber Ueberlastung mit Arbeit hat mich bisher an praktischen Versuchen gehindert. Jedenfalls habe ich es auf Reisen im Süden, besonders im romanischen Süden (Frankreich, Italien, Spanien, Nordafrika) immer als besonders wohltuend empfunden, daß neben der Nährnahrung immer als Füllnahrung diese luftigen, fladenartigen Brote bei der Mahlzeit gegeben werden, die als Er-

nährungsfaktor fast gänzlich ausschalten und der Hauptsache nach die Funktion der Füllmittel ausüben.

Die Tiere, besonders manche Vögel, der Strauß usw. geben uns hier gute Anleitung. Sie nehmen Sand und Steine als Ballast in den Magen auf, ebenso wie ein Schiff unter Umständen nicht den ganzen Bereich mit vollwertigem Gut füllen darf, sondern Ballast nehmen muß.

Ein Mensch, der keine Füllnahrung benötigte, wäre der ideale Mensch, der Mensch, der beweist, daß er keine Taktlosigkeiten begangen hat, der den Ursprung rein gehalten hat. Solch ein Mensch würde, aller Wahrscheinlichkeit nach, mit erstaunlich wenig Nahrung fertig werden. Aber solcher Menschen gibt es freilich auch erstaunlich wenige. Die meisten benötigen Füllnahrung, eben weil sie von Anfang an, entweder aus eigener Schuld oder durch die Schuld der Eltern und Erzieher Taktlosigkeiten, die zu Gleichgewichtsstörungen geführt haben, begangen haben. Aber auch bei diesen ist es von ungeheurem Wert, wenn sie beim Essen unterscheiden können zwischen Füllnahrung und Nährnahrung.

Hieraus ergibt sich ohne weiteres eine zweite Grundregel: Nahrungsmittel nicht zu bevorzugen nur auf Grund ihres Nährgehaltes. Viel näher liegt es, gewisse Nahrungsmittel zu beargwöhnen bzw. sie grundsätzlich abzulehnen auf Grund dieses ihres zu hohen Nährgehaltes. Wie für den Durst das leichteste Getränk, das Wasser auch das einzig natürliche ist, so sind bei den Nahrungsmitteln die leichtesten gemeinhin die natürlichsten, schon deswegen, weil man bei ihnen am wenigsten schaden kann, und man merke sich wohl den Grundsatz: *Nachfüllen ist leicht, Abfüllen ist schwer!* Das heißt hat man wirklich einmal den Ernährungsnotwendigkeiten nicht Genüge getan, beiläufig ein Fall, der sehr selten eintreten wird, jedenfalls viel, viel seltener als das Umgekehrte, so kann man das leicht nachholen durch Nachfüllen; hat man aber die Ernährungsnotwendigkeiten überschritten, indem man dem Körper zu viel und zu nahrhafte Speise zugeführt hat, so kann man nicht wieder abfüllen, und der Weg, auf dem der Organismus das Zuviel bisweilen ausstößt (Erbrechen und Durchfälle, dann erhöhter Blutdruck, dann allgemeine Verunreinigung), ist meist schwierig, schmerzhaft und schwächend.

Daher wähle man die Nahrungsmittel nicht nach ihrem hohen Nährgehalt, wie man, durch eine falsche Ernährungslehre künstlich

beeinflußt, es nur gar zu gern tut, indem man sich auf das gleichfalls künstlich gezüchtete Gespenst der Unterernährung stützt. Ich kenne mehr Vielesser, die unterernährt sind als kärgliche und naturgemäße Esser. Man wähle die Nahrungsmittel vielmehr nach der Ausgeglichenheit und vor allem nach der Lebendigkeit ihres Nährgehaltes.

Ein Nahrungsmittel soll möglichst so beschaffen und zusammengesetzt sein, daß es allen Anforderungen gerecht wird, d. h. alles zur Ernährung Notwendige in sich enthält. Was der Organismus davon aufnimmt und wie er es tut, wissen wir ohnehin nicht. Eine Nahrung, die einseitig Eiweiß enthält, ist freilich sehr hochwertig, in Wirklichkeit ist sie für die Ernährung von höchst zweifelhaftem Wert. Erstens verlangt sie mannigfache Ergänzungen durch andere Nährmittel und zweitens ist sie zu einseitig Nährmittel, ohne die stets notwendige Funktion des Füllens zu vollziehen.

Derart sind z. B. die Hülsenfrüchte (Erbsen, Bohnen, Linsen); ein einseitig hoher Gehalt an Eiweiß bei zu wenig Füllmasse. Sich an Hülsenfrüchten satt essen, ist gefährlich, vor allem für den Sklerotiker. Ein Anfall kann die Folge sein. Man hat historische Beispiele. Aehnliches gilt von den Eiern: zu viel Nährstoff, zu wenig Füllmasse; ebenso geht es mit jedem zu feinen, dichten Brot: die Füllmasse fehlt, die den Nährstoff für den Körper aufnehmbar und verarbeitbar macht. Ein zu dichtes, feines Brot, ein Brot „wie Schnee so weiß" kann jede Verdauung und im weiteren Verlauf jede Ernährung ruinieren. Ich selber habe üble Erfahrungen damit gemacht, und ich habe mir sagen lassen, daß in manchen Gefängnissen die reine Weißbrotkur mit einem gleichmäßig dichten, feinen Weißbrot ein schreckliches Strafmittel ist, das schließlich auch den verstockten Sünder gefügig macht.

Ein solch dichtes, feines Weißbrot hat, abgesehen von der Einseitigkeit seines hohen Nährwertes den zweiten Nachteil, daß es ein totes Nährmittel ist; wie man heute sagt: ihm fehlen die Vitamine.

Um hier gleich einige Bemerkungen über das Brot anzuschließen: Ich halte das Brot, d. h. die in irgend einer Weise verarbeitete Körnerfrucht, für die eigentliche Menschennahrung und für den Grundstock seiner Ernährung „unser täglich Brot". Auf ein gutes Brot muß man allergrößten Wert legen. Ein gutes Brot soll die ganzen Bestandteile des Korns enthalten und es soll nicht zu schnell ge-

backen sein. Es darf nicht schematisch „in den Backofen geschoben" werden. Von einem guten Brot hängt in erster Linie die normale Verdauung ab. Im Grunde genommen gibt es nur *ein* Abführmittel: die Nahrung selber, und wer andere Mittel braucht, der gebraucht falsche Nahrung oder hat sie früher lange Zeit gebraucht. Diese chronische Untätigkeit des Darmes mag ein heilbarer Zustand sein, solange sie noch eine lebendige Symptomatik auswirft, sie mag aber auch die Form der Gefälle-Krankheiten angenommen haben, wo dann wenig Aussicht auf Heilung besteht. Aber bestes Vorbeugungsmittel ist immer ein gutes Brot.

Man achte auch auf die Art, wie man ißt. Man esse achtsam, entsprechend der Wichtigkeit des Vorganges. Man stopfe und drücke den Bissen nicht hinunter, sondern lasse die Speiseröhre in dem ihr eigenen Rhythmus arbeiten. Man lese nicht beim Essen, vor allem keine Zeitungen, die von allem geistigen Futter so ziemlich das schlechteste sind und das beste Mittel, um sich das Gedächtnis zu verderben. Ich persönlich lese seit Jahren keine Zeitung, und trotzdem ist mir nichts von Wichtigkeit verloren gegangen, ja ich habe immer noch mehr gehört, als mir lieb ist. Man rede und lache nicht unnötig beim Essen. Die Mode, gerade die Mahlzeiten zur Konversationsstunde zu machen, ist eine schlechte Mode, auch ein Ergebnis unserer Mißkultur, die es nicht verträgt, daß Menschen für eine Weile schweigend nebeneinandersitzen. Natürlich gebildete Menschen reden nur, wenn es was zu reden gibt; bei uns heißt es: Schweigen ist Mangel an Bildung! Konversation um jeden Preis! Wer nicht an seine Verdauung denkt, der kann nicht verlangen, daß sie an ihn denkt.

VI.

Ich komme nunmehr auf jenen Punkt, den ich vorhin schon berührte, und der endgültig die alte Kalorienlehre über den Haufen geworfen hat, nachdem sie durch die Erfahrungen mit den Nährsalzen schon ins Wanken gekommen war. Ich meine die Lehre von den Vitaminen.

Ich sagte vorhin: das eigentliche Nahrungsmittel schlechthin nimmt die ganze breite Mitte zwischen Reizmittel als einem Grenzgebiet und dem Wasser als dem andern Grenzgebiet ein. In dieser breiten Mitte entspricht ihm der Organismus mit seiner lebendigen Symptomatik. Das Grundgesetz aller Ernährung ist das der Assimilation, aber Leben kann sich nur am Leben assimilieren. Eine Nahrung muß lebendig sein, um dem lebendigen Organismus zu entsprechen und von ihm assimiliert zu werden.

Es hatten sich hier bereits mehrere Erfahrungen ergeben, die Winke im rechten Sinne hätten geben können. Die mangelnde Nährfähigkeit des Gefrierfleisches, des Büchsengemüses, des Dörrfleisches und die belebende, den Skorbut bannende Kraft der jungen grünen Gemüse.

Im Gefrierfleisch fehlt das Leben; dadurch ist es für die Ernährung so minderwertig geworden trotz seines rechnerisch hohen Nährwertes.

Es erscheint als ein wissenschaftlich ungemein großer Fortschritt, daß es nunmehr gelungen ist, diese Lebensträger (Vitamine) chemisch darzustellen, ja in eine ganze Reihe verschiedener Kategorien mit verschiedenen, wohl bekannten Funktionen zu zerlegen. Aber man beachte wohl, daß diese Funktionen lediglich in Form ihrer Ausfallerscheinungen bekannt sind. Man weiß nur, was eintritt, wenn sie nicht da sind, und aus diesen geheimnisvollen Lebensträgern chemisch gebundene Körper zu machen, scheint ihrem Sinn zu widersprechen. Und die Befürchtung liegt nahe, daß die ganze Vitaminlehre, dadurch daß sie auf das wissenschaftliche Geleise abgeschoben wird, gleichfalls dem allgemeinen Abtötungsverfahren der Wissenschaft verfällt und der wirklichen Ernährungslehre verloren geht. Der wirkliche Arzt läßt lieber ein Stück Wissenschaft fahren und behält dafür ein Stück Leben.

Für den wirklichen Arzt sind die Vitamine, einerlei wie sie im einzelnen unterschieden werden, nichts als der Ausdruck der Lebendigkeit der Nahrung. Das Lebendige ist die Hauptsache, nicht der zahlenmäßige Gehalt an Eiweiß, Stärke usw. So stehen die Vitamine auf Seiten der Nährstoffe als Korrelate da für die Hormone auf Seiten des Ernährungsvorganges. Wie hier die Hormone die alten Lokalisierungen, auf denen die Wissenschaft ihr Gebäude errichtet hatte, über den Haufen werfen, so werfen auf Seiten der Nahrungsmittel die Vitamine das alte Nährmittelschema über den Haufen und geben dem wirklichen Leben sein Recht.

Eine vitaminreiche Nahrung ist eine solche, in der die lebendigen Kräfte, aus denen die betreffende Nahrung stammt, noch nachschwingen. Ein frischgepreßter Rüben- oder Zuckerrohrsaft ist ein hochwertiges lebendiges Nahrungsmittel; der raffinierte weiße Zucker ist ein toter Geschmackswert, der sich im Gegenteil auf

Kosten des Körpers wieder zu verlebendigen sucht, indem er dessen Kalkgehalt an sich reißt, und der wohl hin und wieder vorteilhaft als Arznei angewandt werden kann, der aber in der täglichen Nahrung möglichst beschränkt werden muß. Ein kalt gepreßtes Naturöl (Olive, Erdnuß, Mohn, Lein usw.) ist ein lebendiges Nahrungsmittel, ein heiß gepreßtes ist schon weniger lebendig, und ein gebratenes Oel ist, wie jedes gebratene Fett, wohl Kitzel für den Gaumen, aber eine schwere Last für den Stoffwechsel, einer der schlimmsten Stoffwechsel-Verlangsamer und Harnsäure-Bildner.

Damit trete ich auf die zweite große Frage zu, die heute innerhalb der Ernährungslehre das Gemüt bewegt: die Frage, ob gekocht oder Rohkost?

Nach dem, was ich soeben gesagt habe, scheint ja gar kein Zweifel zu sein, daß der Rohkost durchaus der Vorzug einzuräumen ist. Spinat als Salat verarbeitet, ist sicher besser als gekochter Spinat. Mohrrübe roh gegessen oder ihr frisch ausgepreßter Saft ist sicher besser als das gekochte Gericht, besonders wo es gar in Butter oder sonst einem Fett schmackhaft gemacht, d. h. für eine wirkliche Ernährung verdorben worden ist. Aber das scheint mir der erste Grundsatz aller wirklichen Ernährungslehre zu sein: *sich auf kein Programm festlegen.* Ernährung ist Erlebnis, d. h. ein individueller Vorgang, und will als solches gehandhabt werden. Rohkost schlechthin ist ein Programm, das zu Widersinnigkeiten führen kann. Die Kartoffel, manche Körnerfrüchte verlangen das Kochen, wenn es auch hier gewisse Zubereitungsarten geben mag (die Form der Flocken), durch die man einen Kochprozeß vermeiden kann.

Im allgemeinen möchte ich sagen, daß ich unter den Gemüsen die für die besten halte, die ohne Naturwidrigkeit roh gegessen werden können: der Rettich, Radieschen, die verschiedenen Arten grünen Salates, die vorzügliche Mohrrübe, die rote Beete, der Kürbis, diese wichtige, oft übersehene Rohkost, die so leicht an Verdaulichkeit ist, wie sie leicht an Gewicht ist, die Tomate, die freilich nur mit Brot oder Kartoffel gegessen werden sollte, die Zwiebel, ein ungemein gesundes Gemüse, nur muß sie fein verrieben werden und sagt auch dann nicht jedem Magen zu. Gurke und Kohl ißt man besser in gegorenem Zustand; ich komme später darauf zurück. Mit der rohen Gurke sei man vorsichtig, ebenso wie mit der Melone.

Die Gemüse, die natürlicherweise gekocht gegessen werden müssen, koche man möglichst ohne Fett, sei es auch reine Butter oder Oel, sondern setze nachher das nötige Quantum Fett hinzu.

Die Mehlspeisen, soweit sie nicht zur Flockenform verarbeitet sind, werden gekocht gegessen. Die wichtigste Mehlspeise ist immer der Reis; man brauche nur den ungeschälten. Er ist aber nicht das leichteste Gericht. Leichter sind feiner Grieß, Sago, Mondamin; die Haferflocken sind gut, sollen aber nicht zu lange ohne Abwechslung gegessen werden. Hirse wird oft vernachlässigt.

Alle Mehlspeisen koche man entweder in Wasser und tue auf den Teller Butter dazu oder koche sie in halb Milch, halb Wasser ohne nachträglichen Butterzusatz. Man vergesse nicht: erstens bei allen Mehlspeisen etwas Festes (Weißbrot, Zwieback) dazuzuessen, weil die Mehlspeise für sich dem Magen nicht genügend Handhabe zum Arbeiten bietet, und zweitens man zuckere sie nicht. An die Mehlspeise, einerlei welche, beim Kochen Zucker zu tun, ist eine schlechte Gewohnheit. Der feine Geschmack der meisten, vor allem des Reises, geht dabei verloren. Ueberdies soll man Zucker nur da brauchen, wo er durchaus nötig ist. Also noch einmal: Mehlspeisen koche man ohne Zucker, Gemüse ohne Fett! Man erhöht dadurch die Bekömmlichkeit und den gesunden Wohlgeschmack!

Daß scharfe Gewürze verboten sind, ist nach allem Gesagten fast selbstverständlich. Vanille, Zimt, Nelken, Muskatnuß, Ingwer, Paprika, auch der Pfeffer gehören in die Apotheke und nicht in die Küche. Natürlicherweise besteht nach diesen Dingen überhaupt kein Bedürfnis; wo es da ist, da ist es ein Zeichen, daß der Magen falsch behandelt wurde. Doch mögen hier Rassenunterschiede bestehen; denn wäre dieser Satz bedingungslos gültig, so hätte in Indien kaum einer einen gesunden Magen, indem hier die Kurrys zum Reis so scharf gemacht werden, daß sie für uns ungenießbar sind.

Nun noch einige Worte über das Hauptgewürz: *das Salz.*

Darüber ist man sich dieses Mal vielleicht auf allen Seiten einig, daß wir alle durchschnittlich zu viel Salz gebrauchen, auch darüber, daß der übermäßige Fleischgenuß ein gut Teil Schuld daran trägt; aber darüber sind die Ansichten sehr geteilt, ob eine ganz salzlose Kost gesundheitlich zuträglich ist oder nicht. In der geheimen Werkstatt des Lebens soll Kochsalz (Chlor-Natrium) zum Säurebildner werden, und nichts fürchtet man heute so sehr als die Säurebildung. Daher heißt es: Fort mit dem Kochsalz! und die

Chlorverbindung des Natriums durch andere Verbindungen ersetzt, denen der Nachteil der Umbildung in Säure nicht anhaftet.

Die modernen Salzersatze sind infolgedessen zahlreich, aber meiner Ansicht nach schießen diese Versuche über das Ziel hinaus. Ob Salz oder salzlos, das kann nicht aus dem Salz und seinen Eigenschaften heraus entschieden werden, sondern aus der Nahrung, die der Mensch zu sich nimmt. Noch im Jahre 1898, als ich in Samoa reiste, wurde mir in Apia gesagt, daß ich mir Salzvorrat mitnehmen müsse, weil die Eingeborenen kein Salz führten. Und das war, wenn auch nicht wörtlich, so doch der Hauptsache nach richtig und hat sich wohl erst mit der Einführung der Fleischnahrung geändert. Der Samoaner hat bei seiner Lebensweise, der Hauptsache nach gerösteter Taro, erstaunlich wenig Verlangen nach Salz. Dahingegen erzählt ein älterer Afrikareisender, soweit ich mich entsinne ist es Mungo Park, daß die Neger im Innern des äquatorialen Afrika ein derartiges Verlangen nach Salz hätten, daß sie auf den Märkten, wo Salz in Würfeln zum Verkauf ausgestellt stände, im Vorübergehen daran lecken, wie bei uns die Kinder am Zucker.

Tatsache ist, daß das Salz das älteste und allgemeinste Gewürz der Menschen ist. Alle Zeiten, alle Kulturen haben das Salz gebraucht. Ein Zuviel an Salz ist immer schädlich, erstens der Tatsache selber wegen, wie schließlich jedes Zuviel schädlich ist, zweitens aber weil dieser starke Salzverbrauch auf eine auch im übrigen unzweckmäßige Nahrung hinweist; aber das Salz ganz ausschalten und durch andere physiologische Erden ersetzen wollen, das ist sicherlich ebenso schädlich und nur für kurze Zeit als Kur zu rechtfertigen. Ob beim Epileptiker die Ausschaltung des Salzes an sich das Heilsame ist, oder ob sie nur in dem Sinne wirkt, daß sie die Wirkung des Broms erhöht, das ist wohl schwer zu entscheiden. Alles in allem scheint mir ein mäßiger Kochsalzgenuß zu einer normalen und gesunden Lebensweise zu gehören. Es geht eben hier wie beim Gefährten des Salzes, dem Fleisch auch: Es kommt alles auf die Menge an, und schließlich könnte es sein, daß das kritiklose und schematische Herunterschlucken bunter Gemische physiologischer Salze auf die Dauer ebenso schädlich wird wie ein zu starker Kochsalzgenuß. Es sind alles künstliche, synthetische Sachen, und der natürlichste Nährsalzlieferant ist immer die lebendige Nahrung selber.

Das nächst dem Salz gebräuchlichste Geschmackskorrigens ist der Essig. Er sollte gemieden werden und statt dessen nur die Natursäure der Zitrone gebraucht werden. Wer da behauptet, grünen Salat nur mit Essig und nicht mit Zitrone essen zu können, der soll sich Mühe geben, daß er es kann, und geht es nicht, so soll er wenigstens einen guten Weinessig verwenden.

Zuletzt noch einige Worte über die Kartoffel.

Es herrscht viel Streit darüber, wie die Kartoffel gegessen werden soll. Es gibt Fanatiker, die sie roh essen; das halte ich für eine Roheit. Meiner Ansicht nach ist die Form der Pellkartoffel die beste Art, wie man die Kartoffel essen kann. Die Gefahr etwaiger Solanin-Einwirkung kann höchstens bei einer alten, schon auswachsenden Kartoffel in Frage kommen. Ein Salzen ist nicht notwendig; die an Stelle von Tunke dazu gegessene frische Butter hat genügend Salzgehalt. Bratkartoffeln oder gar Kartoffelpuffer rechne ich nicht zu den Kartoffeln, sondern zum Gebratenen. Beide sind zu meiden.

Daran halte man auf jeden Fall fest: Verlangt eine Nahrung Zubereitung, so sei diese Zubereitung möglichst einfach, kunstlos, so beschaffen, daß ein jeder, auch der Unerfahrenste, sein eigener Koch sein kann. Eine natürliche Diät verlangt keine Kochkünste und verträgt sie auch nicht. Was nützt mir die schönste, gesündeste pflanzliche Kost, wenn sie durch Kochkünste verdorben wird!

Was vom Kochen gilt, das gilt vom Backen und Braten in noch höherem Grade. Eine natürliche Ernährung verlangt nichts Gebratenes. Alles gebratene Fett, und mag es die beste Butter, das reinste Oel sein, ist vom Uebel, eine Belastung für den Stoffwechsel, die der Instinkt dann durch gewisse Reizmittel (Salz, Pfeffer, Senf usw.) auszugleichen sucht.

Das gleiche Urteil gilt für alle Zucker- und Konditorwaren. Sie gehören nicht in eine naturgemäße Diät. Sie sind eine schwere Belastung des Stoffwechsels, zusammen mit dem zu reichlich genossenen Fleisch und den gebratenen Fetten die größten diätetischen Uebeltäter, und der Kampf gegen sie sollte methodisch aufgenommen werden, besonders da es hier um den Schutz des kindlichen Organismus geht. Ich möchte wohl wissen, wieviel Kinder es heute in den sogenannten Kulturländern gibt, deren Stoffwechsel nicht durch ein Uebermaß an Süßigkeiten gelitten hätte! Ich nehme auch die Schokolade nicht aus. Als Ersatz für die Mahlzeiten, auf Wanderschaften usw. ist sie eine Art Idealnahrung,

konzentriert, schmackhaft, bekömmlich; als Nascherei zwischen den Mahlzeiten gegessen, wie es ja meist der Fall ist, fällt sie ganz unter die Zucker- und Konditorwaren mit ihren Schädlichkeiten.

Nun ist es richtig, die Speise soll ihrem Geschmack nach nicht abstoßend sein; sie verrammt sich sonst von vornherein die Verdaulichkeit. Nur einer zusagenden Nahrung strömt in unbegreiflicher Wechselwirkung ein reichlicher Magensaft zu. Aber wenn die Speise ihrem Geschmack nach nicht abstoßend sein soll, so braucht sie deswegen noch nicht „gut", d. h. lecker zu schmecken und damit anzureizen, über das nötige Maß hinauszugehen. Es gibt ein Mittleres zwischen beiden, das ist das, was ich den gesunden Geschmack nenne, zusagend schmeckend ohne Leckerheit.

Solch einen gesunden Geschmack hat z. B. ein gutes Brot, eine gute Kartoffel, Reis in Wasser oder in halb Milch, halb Wasser ausgequollen, das gut vergorene Sauerkraut, der Rettich, das natürlich zubereitete junge Gemüse, die dicke Milch, der Weißkäse, usw. An diesen gesunden Geschmack halte man sich und meide leckere Zubereitungen.

Zur Diät gehören auch die Getränke.

Das natürlichste, ja einzig natürliche Getränk ist das Wasser, d. h. mit andern Worten: Ein Getränk soll nicht etwas sein, das selber Nahrungsmittel ist, sondern, wie schon vorhin gesagt, etwas, ohne das Ernährung nicht vor sich gehen kann. „Ohne Wasser ist kein Heil" heißt es in Faust II. Ohne Wasser keine Ernährung, aber das Wasser selber ist kein Nahrungsmittel. Das ist es, was das Wasser zum idealen, ja einzig natürlichen Getränk macht, daß es selber in keiner Hinsicht Nahrungsmittel ist, sondern nur Auffüllmittel der Gewebe. Nahrung und Flüssigkeit in einem zu nehmen, als Milch, ist Sache des jungen Kindes, das noch keine Zähne hat. Mit dem Erscheinen der Zähne sondern sich Nahrung und Getränk in Festes und Flüssiges. Natürliche Nahrung soll etwas sein, das gekaut bzw. im Munde verarbeitet werden muß, und natürliches Getränk soll etwas sein, das dem Organismus nur den Durst und nicht gleichzeitig den Hunger stillt.

Frische, süße Milch ist für den Erwachsenen eins der schlechtesten Getränke, vorausgesetzt, daß sie zum Durststillen dienen soll und nicht, unter Weglassung aller andern Nahrung, als vorübergehende Nachahmung des kindlichen Zustandes, zur Milchkur verordnet wird. Fast ebenso schlecht zum Durstlöschen sind alle

gesüßten Getränke, einerlei ob mit Zucker oder Honig oder Fruchtsäften gesüßt; sie verleiten, mehr zu trinken als der Durst verlangt, und sind weder Getränk noch Nahrungsmittel. Viel besser ist da ein leichtes gegorenes Getränk, wenn es auch unter der bedenklichen Marke Alkohol geht.

Noch einmal: das einzig natürliche Getränk ist das, was allein Getränk ist, ohne Nahrung zu sein, und das ist allein das Wasser. Nun habe ich vorhin das Wasser ein Indifferentissimum genannt, aber das bezieht sich nicht auf seine Funktion als durstlöschendes Getränk. Es ist hier durchaus nicht gleichgültig, wieviel man trinkt, wann man trinkt, und in welcher Art man trinkt. Es gibt trockene Naturen, die viel Wasser brauchen, es auch zu jeder Zeit trinken können, der Regel nach aber muß man ein Verhältnis zwischen Flüssigem und Festem beachten. Mit kaltem Wasser sei man immer vorsichtig, trinke es immer schluckweise; will man aus irgend einem Grunde, z. B. um einen ausgedörrten Körper aufzufüllen, schnell und reichlich Wasser zu sich nehmen, so trinke man lieber heiß.

Als Hauptregel gilt: Trinke nur, wenn du Durst hast, und da ist das klare Wasser der einzige Maßstab. Wer keinen Durst auf Wasser hat, der hat eben keinen wirklichen Durst. Dieses „Trinke nur, wenn du Durst hast" gilt vor allem für die Mahlzeiten. Hier mache man es sich zur Regel, erst dann zu trinken, wenn der Durst eingesetzt; was vorher getrunken wird, ist nutzlos genommen. Noch jetzt nach mehr als einem Vierteljahrhundert tönt mir das *aumai le vai* (gib das Wasser her) in den Ohren, als die ständige Phrase, mit der jede samoanische Mahlzeit abschließt. Der Samoaner ist, entsprechend seiner pastösen Natur, ein starker Esser und lebt meist von Taro und Bananen, beide geröstet, dazu etwas Fisch, wenn er da ist, und sehr selten, an Festtagen, Schwein. Beim Essen trinkt er nie, aber am Schluß jeder Mahlzeit folgt der Trunk frischen Quellwassers aus der Kokusschale.

Stellt sich beim oder nach dem Essen Durst ein, so nehme man einen Trunk Wasser, stellt sich kein Durst ein, so trinke man nicht. Auf jeden Fall sei der Mensch mit schwachem Magen immer mit der Wasserzufuhr vorsichtig. Für ihn ist die beste Zeit die, wenn der Magen leer ist, d. h. morgens nüchtern, wo er dann je nachdem kaltes Wasser in Schlückchen oder heißes Wasser reichlicher trinken mag. Ueberhaupt mache es sich ein jeder zur Regel, morgens früh

nicht mit Essen zu beginnen, sondern dem Magen durch heißes oder kaltes Wasser die gleiche Reinigung zuteil werden zu lassen, die man bei der Haut für selbstverständlich hält. Der Magen will morgens auch gewaschen werden, und diese Wäsche ist vielleicht notwendiger als die des Gesichts. Wem das reine, heiße Wasser nicht behagt, der mag einen leichten Tee trinken, entweder Erdbeer-, Brombeerblättertee oder Hagebuttentee oder Kakaoschalentee oder den Paraguaytee (Mate), der von den Schädlichkeiten des schwarzen Tees ganz frei ist. Im übrigen soll der schwarze Tee, dieses edle Getränk, nicht ganz verpönt werden. Für einen durch Hitze und Durst ermatteten Körper gibt es nichts Erfrischenderes, er muß nur schwach genug getrunken werden, um seine Herzwirkungen auszuscheiden.

Ich kehre nach diesen Zwischenbemerkungen über das Wasser zur Besprechung der Nahrungsmittel zurück und schließe die Frage, ob Rohkost oder gekochte Kost, ab mit dem Satz: Was man vernünftigerweise roh essen kann, soll man roh essen, ohne aber ein Dogma und Prinzip daraus zu machen. Nun gibt es aber eine Mittelstufe zwischen roh und gekocht, die ihrer Wichtigkeit nach sicherlich nicht genügend beachtet wird, das ist das *Gegorene*.

Es gibt Fanatiker der Frischkost, die alles Gegorene als Fäulnis verwerfen. Diese Leute schießen über das Ziel hinaus. Es gibt faulige Gärung, und es gibt gesunde Gärung.

Faulige Gärung vollzieht sich vor allem am tierischen Eiweiß (Fleisch). Fleisch ist der Fäulnisträger schlechthin, er führt das Fäulnismoment in den Organismus ein, und es wird von der lebendigen Kraft dieses Organismus abhängen, ob er diese fremden Fäulnisstoffe verarbeiten kann oder nicht.

Gewiß gibt es Leute, die bei Fleischkost bis in ihr hohes Alter gesund bleiben, aber es gibt auch Leute, die bei täglichem Schnapsgenuß bis in ihr hohes Alter gesund bleiben, und das ändert nichts an der Tatsache, daß mit dem Fleisch ein Fäulnisträger aufgenommen wird, von dem man wohl erwarten kann, daß er seine Folgen im Stoffwechsel bemerkbar machen wird.

Ich will durchaus nicht abstreiten, daß Fleisch in Krankheiten als wichtiges diätetisches Hilfsmittel dienen kann, aber solche Fälle müssen ausgesucht und auf Zeit beschränkt bleiben. Der gesunde Organismus braucht kein Fleisch, der kranke mag es hin und wieder benötigen.

Alles in allem ist die große Streitfrage, ob Fleischkost oder Fleischlos, die ja wohl den ersten Anstoß zur modernen diätetischen Reformbewegung gegeben hat, nicht im Schlagwort Vegetarismus zu erledigen. Der Vegetarismus ist ein Programm, und ein Programm hat immer nur zum Teil recht, d. h. zum Teil unrecht. Das Unrichtige an jedem Programm besteht darin, daß es über das Ziel hinausschießt und nach seinem Maßstab unterschiedslos alles messen will. Ob ich Fleisch esse oder nicht, das soll nicht Sache eines Programms sein, sondern eines Erlebnisses. Ich persönlich habe vor vielen Jahren programmäßig als Vegetarier gelebt und an meiner Gesundheit nur Schaden erlitten. Seit etwa einem halben Dutzend Jahre esse ich kein Fleisch, nenne mich deswegen aber doch keinen Vegetarier, trinke keine geistigen Getränke, nenne mich deswegen aber doch keinen Temperenzler, weil ich bei meiner Enthaltung von Fleisch und Bier keinem Programm folge, sondern lediglich einem inneren Erleben, das mich aus dem Fleisch- und Alkoholgenuß hinausdrängt, mir aber diesen Genuß nicht nach Art eines Dogmas verbietet. Ich mache Unterschiede, und wo ich den Genuß von Fleisch und geistigem Getränk für nötig halte, was nach dem, was ich vorhin gesagt habe, wohl vorkommen mag, da erlaube ich bzw. verordne es.

Auch hier freilich bedenke man, daß rein diätetisch wie überall, so auch beim Fleischessen alles auf die Menge ankommt. Geringe Mengen eines leichten Fleisches, als Beispeise zum Gemüse gegessen, mag der Organismus wohl verarbeiten. Ob diese Zuführung wirklich notwendig ist, das sei dahingestellt. Tatsache ist, daß jemand, der an sie gewöhnt ist und sie sich nur auf Grund eines Programms, ohne innerlich entsprechend eingestellt zu sein, entzieht, von dieser Entziehung oft nur gesundheitlichen Schaden haben wird.

Zur gedanklichen Einstellung genügt nicht der Appell an die ethische Seite der Sache. Vom streng ethischen Standpunkt ist alles Fleischessen unsittlich, weil es irgendwie, irgendwann Töten voraussetzt. Aber das genügt nicht! Denn vom streng ethischen Standpunkt ist letzten Endes Leben selber unsittlich, weil es aus einem Punkt neu aufsprießt, von dem das Schamgefühl nicht gern spricht.

Zur gedanklichen Einstellung genügt auch nicht die Betrachtung der hygienischen Seite; denn es gibt eben Menschen, denen der

mäßige Genuß eines leichten Fleisches nicht schadet. Unter leichtem Fleisch verstehe ich der Hauptsache nach mageres Fleisch, d. h. Kalb, Hammel, Huhn, magerer Fisch (Schellfisch, Hecht, Forelle), auch gewisse Teile von Rind und Schwein in zweckmäßiger Zubereitung mögen hierher gehören. Schlecht sind alle fetten Fleischarten, vor allem das Wassergeflügel (Gans, Ente) und die Tiere, die im Sumpf leben (Aal). Geräucherter Fisch ist nie zu empfehlen.

Die gedankliche Einstellung, die zur fleischlosen Kost führt, hat letzten Endes weder mit Ethik noch mit Hygiene etwas zu tun, sondern sie besteht ganz einfach in dem Erlebnis, daß es dem Menschen besser ist, kärglich zu leben und sich von allem Ueberflüssigen frei zu halten. Ein solcher Mensch stellt sich gedanklich so ein: Zur Lebensnotwendigkeit gehören Fleisch, Eier, geistige Getränke und Reizmittel offenbar nicht, deswegen lasse ich sie als überflüssig fallen und nähere mich dadurch um ein Stückchen jenem Ziel, in dem letzten Endes alle Menschenwürde gipfelt: der Unabhängigkeit und Bedürfnislosigkeit.

Das ist die rechte gedankliche Einstellung, die zum Lassen dieser Dinge führt; sie läuft auf ein persönliches Erleben hinaus. Ethisch und hygienisch gefaßt, d. h. auf Begriffe übertragen ist alles bestreitbar; Für und Wider stehen da gleichberechtigt einander gegenüber wie in einem Streit der Optimist und Pessimist.

Nun könnte aber ein Einwand zugunsten des Fleisches erhoben werden, der meines Wissens bisher noch nicht erhoben worden ist. Man könnte sagen: „Frisch geschlachtetes Fleisch sollte doch die lebendigste und folglich auch die gesündeste Nahrung sein." Aber das ist eben nicht so. Es besteht hier offenbar ein tiefgründiger Unterschied zwischen Tier- und Pflanzennahrung.

Im tierischen Nahrungsmittel schwingt Leben nicht lange nach; man muß sich daran halten und wie die Raubtiere das warme Blut trinken, um noch etwas davon zu erhaschen, und das ist der Grund, warum beim Fleisch die Fäulnis so schnell einsetzt; Leben schwingt nicht nach; nur Totes fault. Dahingegen in der Pflanze mag Leben Tage, Monate, ja vielleicht Jahre lang nachschwingen, und das ist hier der Grund, daß Pflanzennahrung verhältnismäßig so wenig der Fäulnis unterliegt.

Ein anderer Einwurf könnte folgender sein: „Wovon soll ich meinen Eiweißbedarf decken, wenn ich weder Fleisch noch Eier esse?"

Es gibt eine dritte Eiweißart, das Milcheiweiß, wie es am besten in der Form des weißen Käses erhältlich ist.

Ueber den Wert des Käses sind, wie freilich über die meisten andern Sachen auch, die Ansichten sehr geteilt. Einige wollen den Käse ganz verwerfen als Fäulnisschaffer. Was mich persönlich betrifft, so bin ich der Ansicht, daß, wenn man schwacher Esser ist und von Brot und Kartoffeln nur wenig zu sich nehmen kann, man eine Diät ohne Fleisch und Eier schwer durchführen kann ohne Zuhilfenahme von Weißkäse, den man dann am besten mit ein wenig Salz und Oel (Erdnuß- oder Leinöl) vermischt nimmt. Zwei Eßlöffel voll mögen genügen.

Nächst dem Weißkäse schätze ich am meisten einen guten Magerkäse (Schweizerkäse). Alle scharfen oder gar zerlaufenden Käse sind durchaus zu meiden. Sie sind faul. Nächst dem Schweizerkäse kann am ersten ein milder Sahnenkäse (Gervais) gegessen werden, der freilich der Forderung, den Eiweißbedarf zu decken, wenig gerecht wird. Aber bei dieser ganzen Frage vergesse man nie, daß es gerade der Eiweißbedarf ist, über dessen Höhe am meisten falsche Vorstellungen gezüchtet worden sind. Die neueren Untersuchungen haben gezeigt, daß der Bedarf ein ungemein viel geringerer ist, als man früher angenommen hatte. Die meisten Mehlspeisen (Weizen, Hirse, Hafer) liefern ein Gutteil, und was fehlt, mag, wie gesagt, der weiße Käse ausfüllen. Dahingegen bin ich kein Freund davon, dieses fehlende Eiweiß durch Pilzessen zu ergänzen. Der Pilz ist ein Schmarotzer, und sein Eiweiß ist so wenig ein gutes Eiweiß, wie z. B. das Fleisch der Sumpftiere ein gutes Fleisch ist. Es ist nicht nur ein großer Unterschied zwischen Eiweiß und Eiweiß, sondern auch zwischen pflanzlichem und pflanzlichem Eiweiß.

Bei dieser Warnung vor dem Pilzeiweiß bringe ich die mögliche Vergiftung gar nicht einmal in Anschlag.

So viel über den Unterschied zwischen Fäulnis und Gärung: Gärung vollzieht sich an lebendiger, Fäulnis an toter Nahrung.

Es gibt, soviel ich sehe, fünf Arten richtiger Gärung: erstens die Salzgärung (an Kohl, Gurke usw.), zweitens die Milchgärung als Saure Milch, Yoghurt, Kefir, Kumis; drittens die alkoholische Gärung als Wein, Bier, Schnaps und in vielen anderen Formen; denn gerade hier haben Zeiten und Völker sich sehr erfinderisch erwiesen: die gegorene Hirse als Negerbier, der gegorene Honig als Met, der gegorene Reis als Sake der Japaner usw.; viertens die

Hefegärung beim Brot; fünftens die Gärung, wie sie meiner Ansicht nach mit dem Trockenvorgang des frischen Obstes sich vollzieht.

Es gibt, wie gesagt, Frischkost-Fanatiker, die alle diese Gärungen als gesundheitswidrige Säurebildner verwerfen; aber ich denke, man muß sich klar werden, worum es sich bei der Gärung denn überhaupt handelt? Worauf ich erwidere: Es handelt sich meiner Ansicht nach bei diesen richtigen Gärungen um eine Verlebendigung, geradezu gesagt um eine Vitaminisierung der Nahrungsmittel.

Aeußerlich zeigt sich das durch die längere Genießbar- und Schmackhafterhaltung und leichtere Verdaulichkeit. Rohes, gut vergorenes Sauerkraut als Salat gegessen ist sicherlich eines der gesündesten und bekömmlichsten Nahrungsmittel und sollte auf keinem Diätzettel fehlen in der Zeit, wo der grüne Salat ausfällt.

Dieses Bekömmlichwerden durch die Gärung zeigt sich vor allem bei der Milch. Süße Milch ist Nahrung nur für Kinder bis zu einem gewissen Alter, die dann von diesem Alter ab diese Nahrung instinktiv verweigern, weil, sobald Zähne da sind, Nahrung Nahrung und Getränk Getränk sein soll. Die Ansicht, daß Vollmilch für alle Alter ein vollwertiges Nahrungsmittel ist, ist falsch. Beim Erwachsenen, der sie auf Grund falscher Theorien nimmt, richtet sie vielen Schaden an. Sie mag, wie das Fleisch auch, beim Erwachsenen Heilmittel sein mit der zeitlich begrenzten Dauer eines Heilmittels. Zum Nahrungsmittel wird die Milch für den Erwachsenen erst in ihrem Gärungszustande, der Dickmilch, dem Yoghurt, dem Kefir usw. Daß es sich bei allem diesen um keine Fäulnisvorgänge handelt, wie manche Frischkost-Fanatiker behaupten, dafür ist der beste Beweis dieses, daß alle diese Gärungsformen die wirksamsten Mittel gegen Fäulnisvorgänge im Darm sind, wirksamer als Fäulniswidrige chemische Tabletten.

Ich brauche nicht zu sagen, daß sich bezüglich der alkoholischen Gärung die Ansichten am schärfsten gegenüberstehen. Was mich betrifft, so bleibe ich auch hier bei meiner Anschauung: In der Gärung vollzieht sich eine Vitaminisierung, die der Bekömmlichkeit und Verdaulichkeit dient. Der Frischkostler sagt: Der frisch gepreßte Obst- oder Traubensaft gibt alles, was der gegorene Saft gibt, und viel mehr noch. Es ist richtig; ein frisch gepreßter Fruchtsaft ist eine edle, hochwertige Nahrung, aber die leichte, belebende Kraft des vergorenen Saftes ist nicht darin. Ein Glas unvergorener Traubensaft mag im Magen schwer wie Blei liegen.

Es soll damit sicherlich nicht den geistigen Getränken das Wort geredet werden. Erste Pflicht des denkenden Menschen ist nicht die, Temperenzler oder Vegetarier oder ein Programmatiker sonstiger Art zu sein, sondern sich selber zu zügeln, und bei einem solchen mag auch der verpönte Alkohol hie und da am Platz sein und seine belebende Wirkung äußern.

Was die vierte Art der Gärung betrifft, die Hefegärung des Brotes, so glaube ich, daß die Frischkost-Fanatiker, die dieses Brot als Versäurer verwerfen, auch hier über das Ziel hinausschießen. Auch hier halte ich an der Ansicht fest, daß mit der Gärung eine Verlebendigung und damit Verbekömmlichung des Brotes einsetzt. Man achte z. B. auf folgende Tatsache: Ein lediglich zerstampfter oder zermahlener, mit Wasser angesetzter und gekochter Körnerbrei wird bei Frostwetter im kalten Zimmer unangenehm eisig wie die Zimmertemperatur auch, wohingegen ein gutes Brot nie diese eisige Temperatur annimmt, sondern sich eine Art Eigenwärme bewahrt. Man esse von solchem Brot, man befolge die erste Vorschrift aller Diätetik: in mäßiger Menge zu essen, und man wird sich vor Versäuerung nicht zu fürchten brauchen. Wenn selbst ein gutes Brot zu den giftigen Säurebildnern gehört, was bleibt dann schließlich noch als gesunde Nahrung übrig? Doch nur noch das grüne Kraut im Garten und auf der Wiese! Und um sich allein von diesem zu nähren, dazu scheint mir nicht nur der Magen, sondern auch das Gehirn eines Ochsen zu gehören.

Nun die letzte Art der Gärung, wie sie bei sachgemäßem Trocknen des frischen Obstes, vor allem der Pflaume und der Feige sich vollzieht. Die frische Feige ist eine kühle, feuchte Frucht, leicht verderblich und wenigen Mägen zusagend; durch das Trocknungsverfahren wird sie erstens haltbarer, oft für Jahre hinaus, und zweitens zu einer Edelnahrung. Ob hierbei eine Gärung nachgewiesen ist, weiß ich nicht; für mich unterliegt es keinem Zweifel, daß eine solche vorliegt.

Ich weiß wohl, daß ich auf diesem Gebiet besonders gegen die Anschauung der Frischkostler verstoße. Dem Frischkostler ist die frische Frucht, möglichst frisch vom Baum gepflückt und gegessen, der In- und Urbegriff aller natürlichen Nahrung. Er stellt sich den Naturmenschen vor als von Früchten lebend, die er frisch vom Baum gepflückt hat, und strebt diesem Ideal nach.

Aber das ist eine Schwärmerei, im Dienst einer Theorie gemacht.

Ein Naturvolk, das von Baumfrüchten lebt, gibt es nicht und hat es auch wohl nie gegeben. Das primitivste Naturvolk lebt von Baumfrüchten nur, wenn nichts anderes da ist. In den verschiedenen vegetarischen Zeitschriften wird immer wieder von der Idealnahrung der Tropen und ihrem so gut wie ausschließlichen Leben von frischen Früchten geredet. Aber das sind alles Redereien von Menschen, die die Verhältnisse nicht kennen. Ich glaube, nirgends ist das Verlangen nach Fleisch so groß wie hier. In den Tropen mit ihrer Ueberfülle von Früchten denkt niemand daran, von ihnen zu leben; ausgenommen sei hier die Banane, die aber kaum noch als Frucht in diesem Sinne angesehen werden kann, sondern ähnlich der Dattel in den nordafrikanischen Ländern, ein Mittelding zwischen Frucht und Brot ist. Und selbst die Banane kann das Leben auf die Dauer nicht unterhalten. Es gehören Ersatzstoffe dazu. Man versuche es doch, für längere Zeit ausschließlich von frischem Obst zu leben, und man wird es ja erfahren, wie der Organismus sich dazu stellt.

Das Klima mag hier wohl Unterschiede machen. Im trockenen, heißen Klima der syrischen Wüste oder der Südweststaaten Nordamerikas mag eine Rohfruchtnahrung sich lange durchsetzen lassen, aber Dauernahrung ist sie für niemand und nirgends. Des Hippokrates Ansicht erwähnte ich schon vorhin.

Auch die Früchte selber machen hier Unterschiede. Die schweren, parfümigen Früchte der Tropen (Mango, Mangustine) eignen sich am wenigsten zur Rohkost; auch die Ananas ist keine leichte Frucht. Nächstdem ist am ungeeignetsten unser Steinobst (Kirsche, Pflaume, Aprikose, Pfirsich). Alles dieses sind sicherlich sehr gesunde Früchte, besonders die Kirsche, aber es ist nun einmal Tatsache, daß es sehr viele Mägen gibt, denen sie nicht zusagen. Besser ist unser Kernobst, die Birne und vor allem der Apfel. Noch besser ist eine voll ausgereifte, süße Orange, die freilich in vollendeter Güte, d. h. ohne jede Säure, durchaus nicht leicht zu beschaffen ist; man muß schon tief nach Süden gehen, um sie zu finden. Die beste und lebendigste aller Früchte ist aber die Traube, d. h. eine Edeltraube, die die volle Masse Sonnenlicht verarbeitet und in natürliche Säfte umgesetzt hat. Aber noch einmal: Trotz seiner Mannigfaltigkeit ist das frische Obst nichts, von dem der Mensch dauernd leben könnte, und wahrscheinlich hat es auch nie eine Zeit gegeben, zu der er dauernd davon gelebt hat.

Sicherlich besteht freilich gerade bei frischem Obst ein großer Unterschied, wer es ißt, ob ein jugendlich-kräftiger, gesunder Mensch oder ein Dyskrasiker, womit ich vor allem den Gichtiker resp. den Mann mit der harnsauren Diathese meine. Was der jugendlich-kräftige Mensch vertragen kann, mag er sich selber ausprobieren. Hat er einmal einen Fehler gemacht, nun so wird es ihm nicht viel ausmachen; sein Körper hat die nötige Elastizität zum Ausgleich. Was ist schließlich Jugend und Gesundheit anders als Ausgleichfähigkeit, das Recht, bis zu einem gewissen Grade und für gewisse Zeit straflos zu sündigen. Das ist es, was die Jugend zum Paradies macht, und aus diesem Paradies ist noch keiner durch einen einzigen Apfel verstoßen worden; es gehören schon eine lange Reihe von Sünden gegen sich selber dazu, um dieses Ergebnis zustande zu bringen. Aber der Mann mit der harnsauren Diathese, der steht auf einem andern Blatt. Für ihn hält das Leben kein Paradies bereit, in dem man, bis zu einem gewissen Grade und für gewisse Zeit ungestraft sündigen kann; ihm rächt sich alles, und was die Frischkost-Fanatiker als ihr Ideal bekennen, das Leben von Früchten, wie sie der Baum bietet, ist für ihn eine der schlimmsten Schädigungen. Jedes Frischobst, wenigstens das in unserer Zone zugängliche, hat ein gewisses Maß von Säure, und diese Säure scheint es zu sein, die dem Gichtiker durchaus nicht zusagt. Er tut immer besser, nur getrocknetes Obst zu essen, weil es durch den Trocknungsvorgang die Säure verliert.

Aber umgekehrt tut es ebensowenig gut, Obst in Kompottform zu essen, ausgenommen etwa das Obst, was bei der Zubereitung keinen Zucker verlangt (Backpflaumen, getrocknete Feigen; am besten beide zusammen gekocht). Zucker-gesüßtes Kompott ist ihm durchaus verboten, erstens des Zuckers wegen und zweitens, weil er leicht in Gefahr kommt, mehr davon zu essen, als nötig und gut ist.

Auch in der Art der verwendeten Früchte bestehen hier große Unterschiede. Die Backpflaume ist nicht nur das süßeste Kompott, sondern auch das leichtverdaulichste. Auch die getrocknete Feige schneidet noch gut ab, ebenso die getrockneten Aepfel und Birnen, die auch in ungetrocknetem Zustand ein meist bekömmliches Kompott geben. Dahingegen bleibt die frische Kirsche, auch geschmort, ein schweres Obst, daran kann die Tatsache, daß sie für die Säftemischung sehr gesund ist, nichts ändern; denn man be-

denke, daß jede Speise, ehe sie in die Säfte übergeht, den Magen passieren muß, und der mag über Bekömmlichkeit und Bekömmlichkeit seine eigenen Ansichten haben. Es geht hier wie in den Gesetz-gebenden Instanzen mancher Staaten, bei denen die eine gegen die andere regiert, scheinbar nur zu dem Zweck, daß der geduldige und duldende Zuschauer sich seines beschränkten Untertanenverstandes bewußt bleibt.

Was von der Kirsche als Kompott gilt, gilt von allem Steinobst (Pflaume, Pfirsich, Aprikose); ihrem Gehalt nach gesund, aber für den Magen schwer. Am meisten gilt das wohl von der Preißelbeere, die sicher eine der gesündesten Früchte, aber auch eine der für den Magen schwersten ist, und gar in Verbindung mit Kartoffelkuchen kann sie mörderisch wirken. Getrocknete Datteln und Bananen tragen nicht mehr den Charakter der Früchte, sondern sind reine Nahrungsmittel.

Der Vollständigkeit halber erwähne ich hier den Honig, obgleich er gegenständlich nicht hierher gehört. Im Säftestrom wird er restlos verarbeitet, insofern ist er *die* Idealnahrung, weil er den Körper nicht mit Schlacke belastet, aber für den Magen ist er durchaus nicht immer leicht, und am besten nimmt man ihn in heißem Wasser oder sonst einem heißen Getränk.

Nun bringen aber die Fanatiker der Obstkost einen Trumpf, der ihnen den Sieg in diesem Streit zu sichern scheint: das Gebiß des Menschen! Das ist ja der Haupteinwurf der Frischkostler: „Seinem Gebiß nach ist der Mensch weder Fleisch- noch Pflanzenfresser, sondern Fruchtesser."

Aber ich denke, auch dieses Argument ist ganz der Deutung ausgesetzt. Was mich betrifft, so erkenne ich es nicht an; für mich bedeutet das Gebiß des Menschen, daß er ein Wesen ist, das seine Nahrung mit Auswahl suchen soll, wie es ja auch der Tatsache, daß er unter Bewußtsein lebt, entspricht. Für mich weist das Gebiß des Menschen weder auf Fleisch noch auf Pflanzen noch auf Früchte, sondern auf Bewußtsein hin. Sein Gebiß entspricht der Tatsache Bewußtsein, das ist meine Theorie. Wer eine bessere hat, der möge sie geben!

Eine weitere wichtige Frage ist die: Wie oft am Tage bzw. wann sollen wir essen?

Die alten Griechen und Römer hatten darin ihre eigenen Vorstellungen. Sie aßen meist nur einmal am Tage, aber diese eine

Mahlzeit war auch danach. Sie saßen dabei nicht zu Tisch, sondern sie lagen zu Tisch. Das Mahl begann gegen drei Uhr und dauerte oft bis in die Nacht hinein. Da ist es freilich kein Kunststück, mit *einer* Mahlzeit fertig zu werden. Nur schwächliche Naturen nahmen im Laufe des Vormittags einen leichten Imbiß.

Wie unsere Mägen nicht auf das Liegen, so sind sie auch nicht auf die unmäßig verlängerten Mahlzeiten eingerichtet. Das Bekömmlichste für unsere Verhältnisse dürften drei Mahlzeiten am Tage sein, die grundsätzlich nicht je mehr als eine halbe Stunde dauern sollten. Die erste Mahlzeit nehme man nie, ohne vorher den Magen durch Trinken von einem kleinen Glas Wasser (kalt oder heiß) von etwaigen Speiseresten des vorigen Tages gereinigt zu haben. Eine halbe Stunde danach mag man essen. Es gibt aber auch besonders schwächliche Menschen, denen zu empfehlen ist, schon vor dem Aufstehen einen leichten Imbiß zu nehmen; wo dann am besten die flüssige Nahrung ist (Milch, Kakao, Schokolade, Häferschleim und ähnliches) eventuell mit etwas leichtem Gebäck (Zwieback) dazu. Es gibt aber auch robuste, vollblütige Menschen, die an Säurebildung (Sodbrennen) leiden, die gut tun, morgens nur das heiße Wasser zu trinken und die erste Mahlzeit überhaupt fallen zu lassen. Und wiederum gibt es Leute, deren Magen so beschaffen ist, daß sie nur wenig auf einmal nehmen können, so daß ein solcher vielleicht in seinen drei Tagesmahlzeiten an Menge nicht mehr nimmt als der normale Esser in *einer* Sitzung. Manchmal brauchen diese Leute auch nicht mehr, aber wenn sie sich schwach dabei fühlen, so sollen sie vorsichtig versuchen, eine vierte oder gar eine fünfte Mahlzeit bzw. einen kleinen Imbiß dazwischen zu schieben, der möglichst nicht aus schwerer Nahrung bestehen soll. Die rein gewohnheitsgemäße Einnahme des sogenannten zweiten Frühstücks und des Vespers ist durchaus vom Uebel, weil dabei dem Magen keine Zeit zum Verarbeiten seines Inhalts bleibt, das ist nur bei Leuten zu verantworten, die in freier Luft oder sonst sehr schwere Arbeit verrichten. Die letzte Mahlzeit sollte zwischen sechs und sieben Uhr genommen werden. Man sehe sie schon als erste Vorbereitung für die Nacht an und bedenke, daß diese Vorbereitung eine für den denkenden Menschen durchaus notwendige Sache ist. Denn, um das ganze Verhältnis in *einem* Satz zu formulieren: es ist die Nacht, die den Tag schafft.

Man glaube nun freilich auch nicht, daß schon allein die Kärg-

lichkeit der Abendmahlzeit eine gute Nachtruhe garantiert. Hier wie überall in der Diät herrschen durchaus individuelle Verschiedenheiten. Ein zu kärglich befriedigter oder hungernder Magen mag den Schlaf ebenso stören wie ein überfüllter Magen. Man muß probieren; und anderseits gibt es Leute, berühmte Leute sogar, die zu jeder Nachtstunde die schwerste Speise essen konnten, ohne die mindeste Störung davon zu empfinden. Ob ein derartig robuster, unbeirrbarer Magen ein Vorteil oder ein Nachteil für den ganzen Menschen ist, auch das ist individuell verschieden. Dem einen schafft sein guter Magen und sein noch besserer Appetit vorzeitige Verkalkung und frühes Altern, dem andern erhält er Kraft und Arbeitsfähigkeit bis ins hohe Alter. Auch hier könnte ich die Namen berühmter Männer anführen. So viel ist aber gewiß, daß hohes Alter als Massenerscheinung, als Volkseigenschaft sich am ersten da findet, wo ein frugales Leben geführt wird. Die Leute auf der Insel Ischia, deren Lebensweise ich selber genügend habe beobachten können, leben, besonders im Sommer, der Hauptsache nach von einem lockeren Weißbrot, einem mageren Käse, ihrer Mehlspeise und dem aus geteertem Behälter stammenden Wein, der für unseren Gaumen so unbehaglich ist. Die Alterskoryphäen freilich, die ich kenne, Leute der Ende Achtziger, Anfang Neunziger, haben sich über die Diät nicht sonderlich den Kopf zerbrochen. Sie haben gelebt, wie es gerade kam. So mag wohl der Rat des Arztes Celsus auch seine Berechtigung haben: „Ein gesunder Mensch, der sich wohl fühlt und sich selber überlassen ist, darf sich an keine bestimmten Vorschriften binden; er soll keine Speise vermeiden, die der gemeine Mann zu genießen pflegt; zuweilen an Gastmahlen teilnehmen, zuweilen sich wieder davon zurückziehen, bald mehr als gewöhnlich, bald wieder weniger essen, lieber zweimal des Tages als nur einmal Speise zu sich nehmen und immer so viel, wie er verdauen mag.“ Letzten Endes schlägt ja dem Gesunden so ziemlich alles zur Gesundheit und dem Kranken so ziemlich alles zur Krankheit aus entsprechend dem biblischen Spruch: „Wer da hat, dem wird gegeben, wer aber nicht hat, dem wird auch genommen, das was er hat.“

VII.

Ich will noch mit einigen Worten auf den Schlaf zu sprechen kommen, der mir manchmal die merkwürdigste Erscheinung im tierischen Haushalt zu sein scheint.

Der Schlaf ist eine Eigenschaft des Menschen und der höheren Tiere, und seine Notwendigkeit wird um so stärker, je ausgesprochener ein Wesen Gehirnwesen ist. Das neugeborene Kind ist, wie schon das Verhältnis des Kopfes zum übrigen Körper zeigt, ein ausgesprochenes Gehirnwesen. Es hat am meisten Schlaf nötig. Je mehr das Gehirnleben zurücktritt (im Greisenalter), um so geringer wird die Notwendigkeit des Schlafes.

Auch hier herrschen ungemein starke individuelle Verschiedenheiten. Es gibt Leute, die mit sehr wenig Schlaf auskommen und dabei gesund sind. Es sind das, scheint mir, weniger Gehirnmenschen, d. h. Gedankenmenschen als vielmehr Tatmenschen. Friedrich der Große ist sein Leben lang mit wenig Schlaf ausgekommen. Er war ausgesprochener Tatmensch, und wenn ich nach den Abbildungen richtig urteile, so hatte sein Schädel keinen großen Umfang.

Bei den Griechen war der kleine Kopf ein Schönheitsideal, wie es z. B. die Venus von Milo in übertriebener Form zeigt. Es scheinen bei ihnen, nach ihren Statuen zu urteilen, keine großen Köpfe geherrscht zu haben, wie sie ja letzten Endes auch keine Gedankenmenschen, sondern Menschen der Tat waren, so daß es nicht wundern kann, daß Plato, der Gedankenmensch, durch die Mächtigkeit seines Schädels unter diesen Kleinköpfen auffiel.

Umgekehrt ist für den Osten das Ideal der schwere, fast übergroße Kopf, entsprechend der tiefsinnigen Schwere der Buddhistischen Gedankenwelt.

Trotz aller individueller Verschiedenheit besteht doch die Tatsache, daß ein Mensch auf die Dauer Schlafentziehung nicht ertragen kann. Bei den alten Römern und meines Wissens auch bei den Chinesen wird sie als eine besonders grausame Todesstrafe angewandt.

Worin besteht die Notwendigkeit des Schlafes?

Die Theorien hierüber sind natürlich ebenso verschieden wie über alles andere. Soweit ich urteilen kann, scheint mir der Schlaf nötig zu sein, um die Ermüdungsstoffe, die der dreifache Ernährungsvorgang angehäuft hat, wieder auszuscheiden. Woher es denn auch erklärlich ist, daß der, der den Eindrücken gegenüber am intensivsten arbeitet, d. h. der Gehirnmensch, am meisten Schlaf bedarf. Das Kind arbeitet mit ungeheurer Intensität, weil ihm alles ein Erstmaliges ist, und mit der gleichen Intensität arbeitet der

wirkliche Denker, dem die Wirklichkeit in jeder Regung auch ein Erstmaliges, Unerhörtes ist. Dahingegen bei Tatmenschen bildet sich bald jene Gleitbahn, die alles selbstverständlich nimmt und das Staunen aus dem Lebensrepertoir still aber gründlich entfernt.

Ich pflege zu meinen Kranken zu sagen: „Vor allem keinen Schlaf verlieren! Schlaf ist die erste Nervennahrung, wichtiger als Essen und Trinken." Das ist somit in dem soeben angedeuteten Sinne zu verstehen. Nicht als ob der Schlaf direkte Nahrung wäre, sondern weil er die Vorbedingung der neuen Tagesnahrung ist. Ein Mensch, der nicht geschlafen hat, kann weder Sinneseindrücke noch Speise und Trank mit Vorteil aufnehmen.

Was die Zeit des Schlafes betrifft, so halte ich ein frühes Zubettgehen und frühes Aufstehen für das Gesündere. Aber auch hier herrschen wie überall individuelle Unterschiede. Man kann auch hier nicht alles über einen Kamm scheren. Wie sehr der Schlaf in das Gebiet der Ernährung mit ihren Eigen-Sinnigkeiten gehört, geht aus der bekannten Tatsache hervor, daß eine Stunde lichten, leichten Schlafs zu rechter Zeit oft mehr erquickt als eine ganze Nacht. Es kommt eben auch hier nicht auf die Menge, sondern auf die Bekömmlichkeit an.

Der Gesunde beschränke sich auf den Nachtschlaf, von dem sieben bis höchstens acht Stunden genüg sein mögen. Viele kommen auch mit sechs Stunden aus. Am Tage schlafe nur der Blutarme und Herzschwache, der sich schon aus dem Grunde legen muß, um das Gehirn frisch durchbluten zu lassen. Er wird seinen Nachtschlaf dadurch nicht schädigen, sondern verbessern. Der Vollblütige hingegen meide den Mittagsschlaf, und wenn er ihm aus übler Angewohnheit nicht widerstehen kann, so schlafe er ein wenig, um das dringendste Bedürfnis zu befriedigen, im Sitzen.

Die Lage im Schlaf suche ein jeder sich selber aus. Die natürlichste Lage ist die auf der rechten Seite, aber die Rückenlage mag für manchen die passendere sein.

Auf jeden Fall bemühe man sich, gesammelten Denkens und mit wohlwollender Gesinnung gegen alle Lebewesen einzuschlafen. Wer die Hast, die Unruhe, die Feindschaften, die Aengste und Sorgen des Tages in den Schlaf mit hinüber nimmt, der wird einen wenig erquicklichen Schlaf haben, und man bedenke, daß es die Nacht ist, die den Tag macht.

Man bevorzuge ein hartes Bett, in dem man nicht „versinkt",

sondern auf dem man straff aufliegt, und bei dem die Schultern nach hinten fallen, so daß der Brustkorb natürlich, ohne Anstrengung heraustritt. Das ist für die Lunge ebenso wohltuend wie für das Herz. Ich persönlich empfinde als das Zusagendste die hölzerne Pritsche mit hölzernem Keil als Kopfkissen, worüber man dann Decken je nach Wärmebedürfnis und Magerkeit legen mag. Besonders für Kinder ist die Art des Bettes sicherlich von großer Bedeutung. Nicht jedes Kind verträgt diese ungemein leichte Bedeckung, wie sie heute Mode zu werden scheint, wohl aber soll jedes Kind harte, am besten hölzerne Unterlage vertragen.

Nun noch einige Worte über die Kulturplage der Schlaflosigkeit, die der chemischen Großindustrie vielleicht noch mehr Nahrung gibt als der Schmerz und die Verstopfung.

Die Schlaflosigkeit ist, mit einer Ausnahme, über die ich gleich sprechen werde, keine Krankheit, sondern ein Krankheitssymptom und muß als solches behandelt werden. Als Symptom mag sie bei Ernährungskrankheiten wie bei Gefällekrankheiten auftreten. Die Ernährungskrankheit, die als Schlafbehinderer am ersten in Frage kommt, ist die harnsaure Diathese.

Man könnte sagen, daß die Vorgänge, die zur Notwendigkeit des Schlafes führen, eine Art tägliches Altern sind, der Minutenzeiger der Tage gegenüber dem Stundenzeiger des Jahres, und den Schlaf könnte man eine tägliche Entalterung, Verjüngung nennen.

Ich habe im zweiten Teil zu zeigen versucht, daß Form nicht Form schlechthin ist, sondern ein Sich-Formen unter einem bestimmten mittleren Spannungszustand, der diesen mittleren Wert weder nach oben noch nach unten wesentlich überschreiten darf, wenn Gesundheit dasein soll. Indem die im Körper tagsüber sich anhäufenden Ermüdungsstoffe den Spannungszustand erhöhen, drängen sie automatisch zur Entladung, die sich in der Tatsache Schlaf vollzieht, sich aber vollkommen nur da vollziehen kann, wo dieser Entspannung keine Hindernisse in den Weg gelegt werden. Und da scheint mir, daß die Harnsäure, indem sie den Elastizitätsgrad der Formung, d. h. der Zellwand mindert, die Spannung erhöht und die Entspannung hindert.

Dem Harnsäure-Belasteten Schlafmittel zu geben, ist ein Kunstfehler, der einen *circulus vitiosus* einleitet. Man soll nicht das Symptom Schlaflosigkeit bei ihm behandeln, sondern seine Diathese. Man nehme ihm Fleisch, ganz oder bis auf einen Rest hellen Flei-

sches, man nehme ihm die Eier, die Hülsenfrüchte, die Fischräucherwaren, die gebratenen Fette, die schweren Kuchen, den Kaffee und Tee ganz, den Alkohol bis auf etwas leichtes Bier, den Tabak möglichst ganz, und man wird sicherlich bessere Ergebnisse haben als mit der Vogel Strauß-Politik der Schlafmittel.

Symptom der Gefällekrankheiten ist die Schlaflosigkeit, z. B. bei Wasseransammlungen, die starke Dyspnoe verursachen, wo dann auch nicht das Symptom, sondern das Leiden behandelt werden muß.

Nur in einem Fall ist Schlaflosigkeit, wie ich schon andeutete, Leiden selber, und zwar da, wo sie in das Bereich der Begriffskrankheiten fällt. Ich meine hiermit die Fälle, in denen der Kranke sich selber den Weg zum Schlaf abschneidet durch seine Angst vor der Schlaflosigkeit. Er kann nicht schlafen aus Angst, nicht schlafen zu können.

Das ist eine ausgesprochene Begriffskrankheit und muß als solche behandelt werden durch Beeinflussung der Ernährung in ihren drei Formen. Auch hier halte ich das fiktive Verfahren der Suggestion nicht für das richtige. Hier möchte ich sagen: Ich würde es vorziehen zu leiden, als mit Coué oder Mrs. Baker-Eddy gesund werden.

Hier zeigt sich nun der Wert einer wahren Weltanschauung, die aus dem Ich das macht, was es in Wahrheit ist. Diese Angst vor der Schlaflosigkeit „Werde *ich* schlafen" ist eine Ueberschätzung des Ich. Dieses Ich ist in Wahrheit gar nicht so viel wert, daß man sich diese Angst darum macht. Und hier zeigt sich ferner der Segen einer wahren Beurteilung, deren Wesen der Denker Montaigne in dem kurzen und so großartigen Satz zusammenfaßt: „Was kann den Uebles treffen, der bereit ist zu leiden."

Geduld und Bereitschaft zu leiden, das sind wahrhaft große Sachen, und wer sie hat, was soll den Uebles treffen? „Es könnte sein, daß ich diese Nacht wieder nicht schlafe. Gut, ich bin bereit zu dulden! Es mag auch ohne den Schlaf gehen, und die Entspannung wird kommen." Und es mag wohl sein, daß allein dieser Gedanke des Sich-Fügens diese Entspannung schafft, vorausgesetzt, daß er ehrlich ist und nicht nur Lippenwerk, mit dem man sich selber etwas vormachen will. Die Macht der Ehrlichkeit, der inneren Einheitlichkeit zwischen Wort und Ding ist groß und zeigt sich in ihrer helfenden Kraft unmittelbar.

Selbstverständlich muß der Betreffende außerdem alles tun, was in seiner Macht steht, um den Schlaf zu befördern. Dazu gehört vor allem, daß er sein Abendbrot zwischen 6 und 7 Uhr beendet hat und nach dem Abendbrot sich weder körperlich noch geistig beschäftigt. Die einzige erlaubte Tätigkeit bis zum Schlafengehen ist das Sich-Langweilen. Es muß dem Gehirn Gelegenheit gegeben werden, wie Schopenhauer sagt, anzubeißen. Unterstützen mag man diesen Vorgang durch Hausmittel: Baldrian-, Orangenblütentee, Honig- oder Zuckerwasser. Man meide alle übermäßigen Bewegungen und zuviel Sonne. Bäder wirken sehr verschieden.

Zu jeder vollständigen Diätetik gehört das Sexuelle, die tiefste, ursprünglichste aller Ernährungsfunktionen, aber doch immer nur eine Funktion, nicht, wie Ernährung, die Sache selber. Man bedenke wohl: Ernährung ist Notwendigkeit, geschlechtliche Betätigung ist keine Notwendigkeit. Ein Mensch kann nur eine bestimmte Zeit ohne Nahrung leben, er kann aber sein ganzes Leben lang ohne geschlechtlichen Verkehr leben.

Ich erinnere hier an das, was ich im vorigen über den Begriff der Schädigung sagte. Erzwungene oder freiwillige Abstinenz auf geschlechtlichem Gebiet ist nicht aus sich heraus zu beurteilen, d. h. keine Schädigung an sich, sondern sie wird es erst bzw. kann es werden von dem Untergrund der Ernährung aus. Geschlechtliche Abstinenz braucht keine Schädigung zu sein; es kommt auf die ganze Einstellung der Ernährung im geistigen wie körperlichen Sinne an.

Es ist wahr, jeder gesunde Ernährungsvorgang wirft das Sexuelle als sein ursprünglichstes Bedürfnis aus, das befriedigt werden will, bei dem aber alles darauf ankommt, wie es befriedigt wird. Wenn irgendwo, so werden auf diesem Gebiet dem Menschen seine höheren geistigen Verpflichtungen vor Augen geführt. Hier heißt es „*Noblesse oblige*", in unserem Sinn übersetzt: „Höhere Geistigkeit verpflichtet". Das Sexuelle ist das Bedürfnis, das dem Menschen mit der Kreatur gemein ist: es ist „das Gemeine", und das Volk, die Rasse, die Kulturgemeinschaft, die sich an der Apotheose des Sexuellen versucht hat, hat das noch stets am Mark ihres Daseins büßen müssen.

Die Apotheose des Sexuellen ist der geheime Schaden, der am Mark des großen indischen Volkes zehrt, der ihm die gesunde Langlebigkeit raubt, ihm die Straffheit und Energie nimmt und es

von jeher zur Beute von Eroberern gemacht hat. Wo das Sexuelle anführt, und sei es selbst in Form jener tiefsinnigen Spekulationen, in denen Diesseits und Jenseits, Menschliches und Göttliches sich umarmen, da leidet die Qualität der Menschenware der Quantität gegenüber. Es ist vor allen Dingen Bengalen mit seinen wuchernden, aber qualitätslosen Menschenmassen, das hier den übelsten Ruf hat.

Wie überall, so bestehen auch hier Gegensätze. Die amerikanische Urrasse scheint sexuell auffallend indifferent zu sein, was vielleicht mit ein Grund sein mochte, daß im Jesuitenstaat von Paraguay, wo den Guaranis ihre Obliegenheiten für jede Stunde des Tages durch die frommen Padres vorgeschrieben war, auch der Verkehr der Geschlechter in dieses Netz gesetzgeberischer Vorschriften hineinbezogen war.

Im europäischen Kulturkreis hat das sexuelle Moment von jeher eine verhängnisvolle Rolle gespielt. Durch den starren Monotheismus von einer Apotheose des Sexuellen gleich der Indiens ausgeschlossen, hat man sich in Bändigungsversuchen abgemüht und nichts damit erreicht, als zeitweise den ganzen Bestand dieser Kultur in Frage zu stellen, wogegen es auf der andern Seite Leute gibt, die behaupten, daß diese ganze Kultur eben nur der widerwillig gebändigten Sexualität ihre Entstehung verdanke, indem diese gewaltsam unterdrückte Sexualität sich in Kunst, Philosophie, Erfindungen und ähnlichen schönen Dingen verpufft. Ob das recht ist oder nicht, wer kann darüber entscheiden, aber mich sollte es wahrhaftig nicht wundern, wenn eine solche Kultur, die in Schein und Trug, d. h. in bloßen Begriffskult ausgeartet ist, solchem Staubassin gewaltsam unterdrückter Ehrlichkeit und Wirklichkeit entsprossen wäre.

Aber, sagt man, das Ding ist doch nun einmal da! Was sollen wir denn mit ihm machen? — Ich erwidere: Wir sollen einen gedanklichen Standpunkt gewinnen, der über dem blinden sich Gehenlassen ebenso wie über der gewaltsamen Unterdrückung steht, was alles nur von einer wirklichen Weltanschauung möglich ist. Dabei dürfte es dann gehen wie beim Alkohol und beim Fleischgenuß: Nicht Abstinenzler, nicht Lüstling, sondern denkender Mensch, der sich sagt: Es ist besser, wenn ich kärglich lebe und mich auf das beschränke, was wirklich zur Lebensnahrung und -notdurft gehört, wobei es dann sein könnte, daß die Enthaltsamkeit sich von selber einstellt, ohne Qual, und ohne das ganze organische Gefüge in seinem Bestande zu bedrohen. Ohne Kampf wird es bei keinem Gesunden abgehen, aber es ist ein großer Unterschied, ob man kämpft nur zum Zwecke gewaltsamen Unterdrückens, oder ob man weiß, warum man kämpfen *muß*.

Meines Wissens ist es allein der westliche Kulturkreis, in dem die Frage: Wie oft der Mann den Beischlaf ausüben soll, erörtert und auch beantwortet wurde in Form von gesetzlichen Verordnungen und Ratschlägen von berufener Seite. Es ist das das beste Zeichen der inneren Disharmonie dieser Kultur; denn wer sexuell nicht im Einklang mit sich lebt, d. h. nicht weiß, wie er sich verhalten soll, bei dem fehlt überhaupt der Einklang.

Fraglos am einfachsten ist diese schwierige Frage von dem Mann in dem berühmten *Fielding*schen Roman *Tom Jones* gelöst worden, der mit der Pünktlichkeit einer Uhr immer zwei Dinge zusammen besorgte: das Aufziehen der Uhr vor dem Schlafengehen und eben noch ein anderes nach dem Schlafengehen. Diese Uhr mußte aber alle Monat einmal aufgezogen werden. Wenn er noch lebte, so würde ich diesem Mann vorschlagen, sich eine Uhr anzuschaffen, die ein ganzes Jahr lang läuft. Man bedenke, daß die Samenabgabe für den Organismus die eingreifendste Abgabe ist. Frühzeitige und verschwenderische Abgaben auf diesem Gebiet sind das beste Mittel, um sich zum jugendlichen Greise zu machen. Es ist vielleicht nicht zu viel gesagt, wenn ich behaupte: Alle Langlebigen waren keine sexuellen Verschwender. Das gilt selbst für das Tierreich. Die langlebigen Tiere sind sexuell kärglich bedacht; je kurzlebiger, um so lebhafter die Sexualität. Der Spatz auf der Dachrinne ist ein schlechtes Ideal für den denkenden Menschen.

Keine Leere, selbst die im Geldbeutel nicht, wird vom Menschen peinlicher und reuiger empfunden als die durch mutwillige Verschwendung hervorgerufene Leere in jenen Organen, die der Samenbildung dienen. Hier heißt es, das vorhandene Kapital nie ganz vergeuden; es könnte sein, daß gerade der zurückgelassene Rest der beste Ansatz zur Kapital-Neubildung ist. Die frivole Rechnung, die ein berühmter Physiologe in seinem Lehrbuch über das aufstellt, was ein junger Mensch, etwa ein Student, das Jahr über an Samenergüssen hergeben kann, paßt mehr für einen Zuchtbullen als für einen denkenden Menschen, und auch nicht mal für einen Zuchtbullen, denn der würde bei solcher Wirtschaft bald ruiniert sein. Bewußte, dauernde Sexualität ist eine besondere Eigenschaft

des Menschen, gegenüber den bestimmten Brunstzeiten der Tiere, aber diese dauernde Sexualität hat nicht den Sinn, daß sie nun auch dauernd ausgeübt werden soll, sondern den, daß sie dauernd unter Aufsicht und unter Kontrolle des Denkens gehalten werden soll, was bei der Brunst der Tiere eben nicht möglich ist; anders ausgedrückt: Dieser dauernde Sexualzustand gibt keine Rechte, sondern Pflichten, und wohl dem, der dieser Pflicht gehorcht und auch hier das Ideal der Kärglichkeit verwirklicht oder es doch zu verwirklichen sucht.

Am leichtesten, reinlichsten, gesündesten lebt der Bedürfnislose. „Ein wenig Reis als Nahrung, Wasser als Getränk, den gekrümmten Arm zum Kopfkissen — auch das mag wohl genügen", sagt Konfutse in einem seiner Gespräche. Gewiß, wir können nicht alle Weltweise sein, aber es ist doch ein großer Unterschied, wie einer den Genüssen der Welt und hier vor allem dem sexuellen Bedürfnis gegenüber eingestellt ist; ob er es als ein Joch empfindet, dem er sich widerwillig beugt, weil ihn sein Körper zwingt, oder ob er es als den kostbarsten Genuß empfindet, der möglichst genossen und gepflegt werden muß. Der Hindu empfindet das Schweigen der Sexualität als größten Verlust, und die Aphrodisiaka blühen in diesem von Sexualität durchtränkten Lande. Der heilige Augustin, diese unheilvolle Zwitternatur, betet: „Herr, befreie mich von dieser Lust, aber nicht so bald!" Dahingegen Sophokles, der ausgeglichene Grieche, als er (im Eingang zu Platos Staat) gefragt wird, wie es denn mit ihm auf sexuellem Gebiet bestellt sei, antwortet: „Ich bin froh, daß ich von diesem wilden Roß nicht mehr mitgeschleift werde."

Es ist ja freilich wahr: das Alter hat andere Anschauungen, andere Ideale wie die Jugend; aber es kommt hier eben nicht allein auf das Tun, die Tatsachen selber an, sondern auf den gedanklichen Gesichtswinkel, unter dem sie sich vollziehen. Wer den Geschlechtsgenuß als ein Joch ansieht, das ihn zum Tierischen hinabzieht, für den werden sich allmählich auch die Tatsachen anders gestalten als für den, der ihn als eine Blüte des Menschtums ansieht. Und wenn einer sagt: Dr. Dahlke wird auch nicht immer so gesprochen haben, wie er jetzt spricht, so ist das gewiß richtig! Wer wollte das leugnen; aber soll mir das das Recht nehmen, jetzt so zu reden, wie ich es für recht halte? Ich gebe ja keine festen Vorschriften: „So und so müßt ihr euch verhalten!", das hieße etwas fordern, was

man selber nicht gekonnt hat; ich gebe nur „Gedanken und Meinungen", die da, wo sie fassen, von selber eine Wende an den Tatsachen vollziehen werden. Ein Ding, ein Vorgang, der vom Denken über dasselbe nicht beeinflußt werden könnte, den gibt es nicht. Nicht darauf kommt es an, daß man durch Gewalt eine Aenderung von Tatsachen zustande bringt, sondern darauf, daß man zur rechten Bewertung dieser Tatsachen kommt, wo sich dann die Aenderung gewaltlos ergeben wird.

Prof. *Freud* sagt in irgend einer seiner Schriften, daß der Coitus der beste Schlafmacher sei. Freud muß entweder eine sehr robuste Natur oder ein sehr wenig erfahrener Mann sein. Da das letztere ausgeschlossen ist, so ist das erstere anzunehmen. Mit dem gleichen Recht könnte man auch sagen: Der Coitus ist der beste Schlafverderber. Gerade hier, in diesem innersten Ausdruck des Ernährungsvorganges zeigt sich das rhythmische Moment, nach dem alles Leben im tiefsten Grunde arbeitet. Wie die Speiseröhre einem gewissen Rhythmus folgen muß, wenn sie gut, d. h. Hand in Hand mit dem Magen arbeiten soll, wie alle folgenden (Magen, Darm) im Rhythmus arbeiten, so folgt auch die Sexualität einem gewissen Rhythmus. Man muß sozusagen im Takt mit sich selber sein, wenn der Coitus diese entspannende, erlösende Wirkung ausüben soll, die Freud als die schlafschaffende bezeichnet. Nirgends vielleicht rächt die „Taktlosigkeit", das Arbeiten gegen den natürlichen Rhythmus, sich mehr als hier.

Damit komme ich auf die andere, bisher noch gar nicht berührte Seite des Geschlechtlichen: die weibliche. Welche Rolle spielt sie bei dem Ganzen?

Der Ausübende beim geschlechtlichen Akt ist lediglich der Mann. Er führt als Zeichen dieser Funktion das Zeugungsglied, das einzig „aufrichtige" Glied im ganzen menschlichen Organismus. Bei ihm spielt sich auch das Gefühlsmäßige des ganzen geschlechtlichen Vorganges allein am Zeugungsglied ab. Einen Ersatz auf diesem Gebiet gibt es nicht für den Mann, wenigstens nicht für den gesunden; wohingegen die sexuelle Sphäre bei der Frau sehr viel diffuser, verschwommener ist und daher sehr viel mehr Ersatzmöglichkeiten erlaubt. Somit: Stellt der Mann das Geschlechtliche in seiner aktiven Form dar, so stellt die Frau, wenigstens die gesunde und natürlich erzogene, das Geschlechtliche dar in der Form der bloßen geschlechtlichen Bereitschaft. Eine Frau, die auf ge-

schlechtlichem Gebiet aktiv wird, d. h. eine Frau, die fordert oder gar selber auf diesem Gebiet die Zügel in die Hand nimmt, die spielt nicht mehr die ihr natürliche Rolle. Aber diese unnatürliche Rolle, in der der natürliche Rhythmus zur Caprice wird, ist ein Züchtungsergebnis unserer westlichen Kultur. Außerhalb dieser Kultur spielt die Frau im geschlechtlichen Leben die Rolle, die ihr zukommt: die der geschlechtlichen Bereitschaft, gleich dem Ackerland, das bereit ist, den Samen aufzunehmen.

Diese perverse Rolle, in die die Frau durch westliche Mißkultur geraten ist, dieser Zug, im Geschlechtlichen aktiv, ja agressiv zu werden, drängt immer mehr zu dem, was heute fraglos ein Laster zu werden droht, wie zu den Zeiten Sapphos: daß die Weiblichkeit ihre geschlechtlichen Bedürfnisse unter sich zu befriedigen sucht. Ich glaube, daß die weiblichen Freundschaften mit geschlechtlichem Einschlag heute noch mehr an der Tagesordnung sind als die männlichen gleicher Art, und daß die ganze moderne individuelle Kultur in der Kleidung, im Haarschnitt usw. darauf hinausgeht, einen mann-weiblichen Typ zu schaffen, der den Mann ersetzt.

Bei diesen scheinbar so perversen Bestrebungen darf man nie vergessen, daß Mann und Weib nicht fertige Typen sind, als solche aus der Hand eines gütigen d. h. wenig gütigen Gottes auf den flachen Erdboden gestellt, keine Gegensätze, sondern Unterschiede. Gegensätze gibt es nicht in der Wirklichkeit; es gibt nur Entwicklungsunterschiede, die in den beiden Geschlechtern ihre höchste Spannung erreicht haben, damit aber auch die stärkste Neigung zu Rückschlägen in eine gemeinsame Grundform.

Das wirft ein Streiflicht auf die Geschlechtlichkeit und ihre Ausübung im Geschlechtsakt. Der gewichtigste Grund seiner Idealisierung ist der, daß er der Zeugung neuer Lebewesen dient. Das hat aber mit Geschlechtlichkeit an sich nichts zu tun; sie ist Lust an sich, grundlos wie das Leben selber. Bestände das Wesen des Geschlechtsaktes nur im Kinderzeugen auf göttlichen Befehl, entsprechend dem „Seid fruchtbar und mehret euch!“ so würde es um den Fortbestand der Welt verteufelt schlecht aussehen. Das Zeugen neuer Lebewesen im Zusammenhang mit dem Geschlechtsakt ist ein Accidens, ja ein fremder Eindringling, der sich das Material zunutze macht, das jene beiden lüsternen Wesen im Akt von sich stoßen, und das sich dann zu jener schweren Last entwickelt, die das Weib unter Schmerzen gebären muß.

Man fragt: Woher diese ungleiche, ja ungerechte Verteilung der Lasten? Für den Mann die Lust allein, für das Weib mehr Last als Lust? Ich sage: Weil dem Mann die höhere Pflicht obliegt, die Pflicht der Lösung von allem Geschlechtlichen! Die Erlösung von dieser stärksten Fessel kann nur von dem Teil ausgehen, dem das Geschlechtliche ein Akt, eine bewußte Tätigkeit ist. Die höhere Lust steht hier im Dienste der höheren Pflicht; anders hat sie keine Berechtigung. Nur wer dieses ganze Menschendrama so ansieht, der sieht es recht an.

Soviel hiervon!

In der gleichen Richtung der funktionsfreien Geschlechtlichkeit liegt auch das Onanieren.

Daß dieser Begriff sehr vieldeutig ist, geht schon aus der Tatsache hervor, daß die Tat Onans, „die dem Herrn mißfiel“, etwas ganz anderes ist als das, was wir heute unter onanieren verstehen. Man lese darüber im Buch der Bücher nach. Wir verstehen unter onanieren die geschlechtliche Selbstbefriedigung; der Akt, in dem das Männliche und das Weibliche sich zu einer Einheit ergänzen und so immer wieder den Bestand der Natur sicherstellen, wird einseitig, ohne den geschlechtlichen Partner ausgeübt.

Es bedarf nicht großer Ueberlegung, um zu sehen, daß es sicherlich zwei Arten der Onanie gibt: die Onanie als Laster und die Onanie als Untugend. Im ersteren Fall erhitzt der bzw. die Betreffende sich am Gedanken des Onanierens selber, das Onanieren wird zu einer Sucht im geistigen wie körperlichen Sinne, gegen die die Reizmasse, die der Gedanke an den normalen geschlechtlichen Verkehr auslösen sollte, nicht aufkommen kann. Diese Art des Onanierens beruht oft auf einer ererbten Anlage und setzt meist sehr früh ein. Sie untergräbt den Organismus, saugt ihm das Beste aus und schafft ein unwürdiges Leben.

Die andere Art des Onanierens, die ich Onanieren als Untugend nannte, bleibt ein rein körperlicher Vorgang, wobei der Betreffende sich von der Sucht zum Onanieren freihält. Es geht hier eben nichts anderes vor, als daß ein gesunder Mensch, dessen Körper sein Recht verlangt, und dem die sozialen Verhältnisse die Ehe oder eine gewisse geschlechtliche Feinfühligkeit die Befriedigung von der Straße her verbieten, sich notgedrungen selber hilft. Es mag aber auch sein, daß ein körperlich gesunder Mensch der Selbsthilfe verfällt nicht aus einem der beiden soeben angegebenen Gründe,

sondern weil sein Denken sich der geschlechtlichen Verkuppelung überhaupt widersetzt, indem er das „Gemeine" darin wittert. In solchem (sehr seltenen) Fall mag das Onanieren der schmutzige Auftakt zur späteren Reinheit, ja Heiligkeit sein, die man sich nie ohne Ueberwindung des Geschlechtlichen hat denken können.

Ich will hier nicht eine Rechtfertigung des Onanierens geben, die verlogene Herzen sich zunutze machen. Das Onanieren bleibt in jedem Fall, was es von Natur ist: ein heimliches Ding, das das Licht scheut, und das abgetan werden muß und abgetan werden kann durch ernsthaften Entschluß, durch Fernhalten der Gedanken von allen geschlechtlichen Dingen und durch eine entsprechende Aenderung der geist-körperlichen Ernährung.

Das gilt für die Onanie als Untugend. Ob die Onanie als Laster ganz geheilt werden kann, das ist ebenso schwer zu beantworten wie die Frage, ob geschlechtliche Perversitäten überhaupt je ganz geheilt werden können. Daß nach dem, was ich im zweiten Teil gesagt habe, die Möglichkeit besteht, ist zweifellos; denn alles ist Ernährung, und Ernährung ist das, dessen innere Vorbedingungen von den äußeren her beeinflußt werden können. Aber zu dieser Beeinflussung gehört der gute Wille, und der verlangt wieder Ehrlichkeit gegen sich selber, und der Perverse ist meist auch, und wäre es auch nur in irgend einem versteckten Winkel seines Innern, ein Lügner. Lüge aber ist letzten Endes immer das, was sich selber belügt, und was sich damit selber die Besserungsmöglichkeit abschneidet. So ist die Frage nach der Heilbarkeit geschlechtlicher Perversitäten eng mit der Frage verknüpft, wie weit jemand imstande ist, der Lüge Herr zu werden.

Soviel hiervon.

Nun einige Worte über die Kleidung.

Der Hauptsache nach stehen uns drei Arten der Bekleidung zur Verfügung: die Leinwand, die Baumwolle, die Wolle, wozu als viertes noch die Seide kommt, die ich aber nur nebenbei erwähne, weil ich mich in meinen Bemerkungen nur auf die Bekleidung beschränken will, die wir auf der Haut tragen, und die schließlich entscheidend ist. Seide als Kleidungsstoff auf der Haut zu tragen, kommt aber für uns kaum in Betracht; tatsächlich dreht sich die Wahl nur um Leinen, Baumwolle und Wolle.

Was mich betrifft, so habe ich mich, nach jahrzehntelangem Experimentieren, für die Baumwolle entschieden. Sie hat weder

das Kältende des Leinen noch das Hitzende der Wolle. Aber man bedenke, daß es bei der Kleidung nicht nur auf den Stoff selber, sondern auch auf seine Zubereitung ankommt. Alle Kleidung, die auf der Haut getragen wird, sollte eine gewisse Rauhigkeit haben, die bei der Bewegung Wärme und Leben erzeugt. Leinen, glatt gewebt und glatt geplättet, ist unerträglich kalt, als grobes Bauernleinen gewebt, mag es wärmer wirken als ein ganz glattes Baumwollgewebe. Die beste Bekleidung ist die Baumwolle als Krepp verarbeitet, und hier wieder, meinen Erfahrungen nach, der japanische Krepp.

Auch die Form der Kleidung ist von Wichtigkeit! Man meide eng anliegende Sachen, sondern trage weite Kleidung, die Falten gibt. Bei unseren Hemden ist das ja ohnehin der Fall, aber nicht bei den Unterbeinkleidern, die meist, wie sie aus Trikot gefertigt sind, so auch eng wie Trikot anliegen. Erstens gibt dieses Kleidungsstück ein lächerliches Aussehen — welcher Mann könnte es wohl wagen, sich in Trikot-Unterhosen sehen zu lassen — und zweitens verhindert es Luftzutritt und Reibung auf der Haut, auf die doch so viel ankommt. Also man trage weite Unterhosen, am besten aus einem harten japanischen Baumwollkrepp, und wenn irgend möglich auch gleiche Hemden.

Für die Nacht empfehle ich den gleichen Stoff, in der Form des in den Tropen üblichen Pyjama, d. h. einen aus Kittel und weiter Hose bestehenden Schlafanzug. Nur muß man die Vorsicht beachten, die ich vor vielen Jahren zu meinem großen Vorteil einem englischen Kapitän abgesehen habe: die Hose über den Kittel zu binden, so daß letzterer dem Magen und Leib gut anliegt.

Bei den Strümpfen bin ich nicht so entschiedener Lobpreiser der Baumwolle. Die kalten Füße sind ein Leiden unserer Kultur bzw. Mißkultur. Hier ist ein derber, wo möglich selbstgestrickter wollener Strumpf der Baumwolle vorzuziehen. Wer aber zugleich an feuchtem Fuß leidet, der ziehe unter die wollenen Strümpfe ganz dünne baumwollene (sogenannte Touristensocken), die er dann täglich wechseln mag. Ueberhaupt ist bei chronisch kalten Füßen ein mehrmals tägliches Wechseln von Schuhen und Strümpfen unerläßlich; besonders notwendig ist dieser Wechsel, wenn man von einem Gang draußen heimkehrt. Dieser häufige Wechsel ist schließlich das einzige Mittel gegen dieses weit verbreitete Leiden, solange nicht eine Aenderung der ganzen Lebensweise das Uebel von Grund auf heilen kann.

Das schlechteste Mittel ist auf jeden Fall die Wärmflasche, die nur in akuten Fällen erlaubt ist. Wer mit der Wärmflasche zu Bett geht, der darf sich nicht wundern, wenn sein Leiden immer schlimmer wird. Und doch sind warme Füße zur Nacht unerläßlich für einen gesunden und erquickenden Schlaf. Nur bei einem gleichmäßig durchbluteten Körper übt der Schlaf seine heilsame Wirkung. Derjenige, der an kalten Füßen leidet, brauche die Vorsicht, sie abends im Bett in ein Kleidungsstück einzuhüllen, das er auf dem Körper getragen hat (etwa ein gestricktes Jackett) und das noch die Körperwärme enthält. Massieren, bestimmte gymnastische Uebungen, Wechselfußbäder, eventuell ein warmes Fußbad mögen mithelfen, den Füßen vor dem Zubettgehen die nötige Wärme zu geben.

Das ist ein ungemein wichtiger Punkt, gegen den viel gesündigt wird. Eine schlechte, unerquickliche Nacht ist meist die Folge, und die Folge davon wieder ein verzerrter Tag. Man darf nicht mit kalten Füßen zu Bett gehen, in der Hoffnung, daß sie im Bett von selber warm werden. Das ist durchaus nicht immer der Fall. Man bedenke, daß nicht das Bett an sich wärmt, sondern daß alle Bedeckung, mag es Bett oder Kleidung sein, an den Körper nur die Wärme wieder abgibt, die der Körper ihr selber vorher zugeführt hat. Keine Kleidung wärmt aus sich heraus, sondern warme und weniger warme Kleidung unterscheiden sich nur dadurch, daß die erstere die ihr vom Körper zugeführte Wärme besser aufspeichert als letztere.

Weiter die Hautreinigung.

Soll man täglich baden? Hierauf läßt sich nur antworten, wenn gleichzeitig gesagt wird, zu welchem Zweck man badet. Wenn es nur zur Erfrischung und zum Vergnügen dienen soll, so ist nicht einzusehen, weshalb der gesunde Mensch nicht täglich baden soll, besonders in der warmen Jahreszeit. In den Tropen wird täglich, ja oft zwei- bis dreimal täglich gebadet. Wenn es aber um die Hautreinigung geht, so kommt es ganz darauf an, wie die Hauttätigkeit des Betreffenden beschaffen ist. Es gibt Menschen, deren Haut ein tägliches Bad verlangt, und es gibt Menschen, bei denen es genügt, wenn sie in wochenlangen Zwischenräumen baden. Auf jeden Fall müssen die Körperöffnungen täglich gut gereinigt werden. Sie verlangen das Reinigen dringlicher wie das Gesicht und die Achselhöhlen. Das Gebiet der Körperpflege ist ein wichtiges Gebiet;

es ist das Grenzgebiet zwischen Tag- und Nachtleben, zwischen dem Teil der Persönlichkeit, der sich dem Bewußtsein entzieht, und dem Teil, der unter Bewußtsein verläuft. Ein normales Funktionieren der Sphinkteren hat an unserem ganzen Lebensschicksal viel mehr Anteil als die meisten ahnen, und eine saubere Haltung dieser Teile ist eine Pflicht, die ein jeder sich selber gegenüber hat.

Wenn nun auch der Gesunde täglich ein Bad nehmen mag, so muß man beim Kranken doch große Unterschiede machen. Vor allem der Herzkranke sei mit Baden vorsichtig. Er mache lieber Abreibung. Das gleiche gilt für den Mann mit schlechtem Magen (Magensenkung). Nimmt er Bäder, so soll er nur ganz kurze, kühle Bäder nehmen. Am wohltätigsten ist das, was ich das Tauchbad nenne. Der Badende stützt sich mit Ellbogen oben und Füßen unten auf den Rand der Badewanne und läßt nur den Rumpf dreimal kurz hintereinander ins Wasser tauchen. Das faule Sich-Räkeln im warmen Wasser der Badewanne ist eine schlechte Angewohnheit und mag zu schlechten Angewohnheiten führen.

Die Seife, die man verwendet, sei unparfümiert. Es gibt nur einen guten Geruch: den der Reinheit.

Noch ein paar Worte über das Haarschneiden.

Hier haben die Moden im Laufe der Zeiten sehr gewechselt. Der Dichter Heine spricht von jener Mode in Deutschland, wo „die Läuse gute Zeiten hatten und die Haarschneider in Gefahr kamen zu verhungern". Heute geht der Zug der Mode ins Umgekehrte. Kurz geschorene Schädel bei Männern sind heute an der Tagesordnung, und es gibt kaum noch ein Mädchen, ja kaum noch eine Frau, die Lust hat, ihr volles Haar zu tragen.

Was ist nun besser? Das nie von einem Schermesser berührte Haupthaar, das, nach Ansicht mancher Uebermenschen, durchaus zum gesunden und normalen Menschen gehört, oder der mit der Maschine kurz geschorene Schädel?

Ich denke, die Wahrheit liegt, wie überall, in der Mitte. Auf jeden Fall muß man wissen, daß das Haarschneiden durchaus keine gleichgültige Prozedur ist. Wenn es auch keinen physischen Schmerz macht, so ist doch das Spiel der Nervenbeziehungen zwischen Haar und übrigem Organismus ein ungemein feines, wie schon aus der Tatsache hervorgeht, daß der Körper auf manche Schädigungen nur mit Haarausfall antwortet. Ein sensibler Mensch hat der Regel nach seidenweiches, feines Haar, ein robuster Mensch hat der

Regel nach grobes Haar. Bei einem Menschen mit weichem Haupthaar und hartem Barthaar kann man auf einen widerspruchsvollen Charakter schließen.

So spielen sich die mannigfachsten und feinsten Beziehungen ab zwischen Haar und übrigem Körper, und ein zu derber Haarschnitt, wie er aus Sparsamkeitsrücksichten besonders bei Kindern beliebt ist, kann eine Gesundheitsschädigung bedeuten, auf die das Kind, ja der Erwachsene mit Fieber antwortet. Der Haarschnitt soll so gehandhabt werden, daß das Haar immer ungefähr die gleiche Länge zeigt.

Die alten Aerzte wußten, daß Haarschneiden Fieber machen kann; die alten Homöopathen führten Mittel dafür an, und ich denke, wir von heute haben kein Recht, diese Erfahrung zum alten Eisen zu werfen.

Die Frage, ob barhäuptig oder behutet, hängt von der Gewöhnung ab. Man lege keinen zu großen Wert darauf und meide vorwitzige Experimente! Herodot berichtet freilich, daß er beim Besuch des Schlachtfeldes von — (ich habe den Namen vergessen) gefunden habe, daß die Schädel der Aegypter schneller zermürbt seien wie die der Perser, weil die ersteren den Kopf bewickelt trugen, während die Perser gewöhnt waren, barhäuptig zu gehen. Aber auch das scheint mir nicht sehr wichtig zu sein. Denn letzten Endes kommt es ja nicht so sehr darauf an, wie lange unsere Schädel brauchen, um auf dem Leichenacker zu zerfallen, sondern was wir damit bei Lebzeiten haben leisten können.

Ich fasse das bisher über Diätetik Gesagte kurz dahin zusammen:

Erster und wichtigster Satz: Lebe mäßig der Quantität nach, so wird dir ein etwaiger Fehler in der Qualität nicht immer etwas anhaben. Entscheidend ist die Quantität. Man kann bei Trockenbrot oder Grünfutter ein Fresser sein mit allen üblen Folgen des Uebermaßes.

Zweiter Grundsatz: Halte dich möglichst an lebendige Nahrung! Was du vernünftigerweise roh essen kannst, das töte nicht durch Kochen. Mach aber kein Prinzip aus der Rohkost!

Dritter Grundsatz: Meide Koch- und Konditorkünste jeglicher Art. Iß deine Nahrung einfach und so, daß du jederzeit dein eigener Koch sein kannst.

Vierter Grundsatz: Meide Einseitigkeit, sondern wechsle innerhalb des nach den obigen drei Grundsätzen dir Gestatteten, so gut

es angeht. Alle Stoffwechselberechnungen sind unsicher. Biete dem Organismus an, und er selber wird die beste Auswahl treffen. Mäßigkeit und Einfachheit brauchen darunter nicht zu leiden.

Fünfter Grundsatz: Iß langsam, mit Bedacht, ich möchte fast sagen: mit Andacht. Essen ist eine verantwortungsvolle Sache, und viel kommt darauf an, das Moment nicht zu übergehen, in dem der Magen sein Sättigungszeichen gibt. Wem die Zeit fehlt, der esse lieber weniger.

Wer diese fünf Grundregeln befolgt, der kann kaum nennenswerte Fehler begehen, und was sich durch Diät in bezug auf Essen und Trinken erreichen läßt, das wird er mit der Zeit erreichen.

VIII.

Nun der zweite Teil der Diät: die Diät von der Atmung aus.

Was in Essen und Trinken durch zu viel, das wird in der Atmung durch zu wenig gesündigt, was um so bedenklicher ist, als diesem zu wenig an Atmungsluft der Regel nach ein zu viel an Speise und Trank gegenübersteht. Der moderne Stubenhocker, d. h. der Typ des modernen Menschen, atmet zu wenig und ißt zu viel, und die Folgen zeigen sich im vorzeitigen Altern.

Das bewußte Atmen ist eine Uebung, die manchen Segen in sich birgt. Erstens reinigt es, zum mindesten morgens und abends geübt, die Lunge von tagsüber eingeatmeter schlechter Luft. Nur sollen Leute mit schwachen Lungen sich wohl hüten, forcierte Einatmungen zu machen. Man lege den Hauptwert auf eine nachdrückliche Ausatmung, und die vertiefte Einatmung kommt dann schon von selber. Auf jeden Fall höre man auf, sobald das Herz unruhig wird.

Entlastung von stagnierender Luft ist der eine Segen; der andere Segen aber ist das bewußte Schweigen.

Ich glaube kaum, daß heutzutage dem modernen Menschen etwas notwendiger wäre als bewußte Schweigeübungen. Alles redet, alles ist darauf bedacht, nie den Faden der Konversation abreißen zu lassen; wo der Mund aufhört, da setzen die Briefe ein. Man schreibt Bücher über Bücher über den „Guten Ton in allen Lebenslagen" usw., und man vergißt dabei, daß eines ja nötiger ist als alles andere: der ruhige, gesammelte Verkehr mit sich selber, und die beste, von alters her als klassisch bekannte Art der Sammlung ist eben die bewußte Atmung, die für den Wissenden das große

Geheimnis der Ernährung birgt. Alles am Ich ist ein schwingendes Einnehmen und Ausgeben, wie es im Atem sich unmittelbar erlebt.

Mit dieser seiner zweiten Funktion als einer Schweigeübung bildet das Atmen den natürlichen Uebergang zum dritten Teil der Ernährung, der geistigen.

Hier liegen die Verhältnisse so, daß man von einem Standpunkt aus sagen kann: die Fresserei erreicht hier ihr höchstes Maß, schlimmer als bei Speise und Trank; dahingegen gibt es einen andern Standpunkt, von dem aus man sagen könnte: der moderne Mensch ißt und trinkt zu viel, er atmet zu wenig, und er denkt überhaupt nicht.

Wie lassen sich diese beiden Standpunkte rechtfertigen? Sie lassen sich rechtfertigen nach dem, was man unter Denken versteht. Der moderne Weltmensch versteht unter Denken nichts als eine Mehrung der Lebens- und Gewinnmöglichkeiten, und der wissenschaftliche Denker macht hier keine Ausnahme, sondern stellt nur den Quartiermacher dar für diesen Vorgang. Was die Wissenschaft in vielleicht gänzlich Egoismus-freiem Denken gefunden hat, das ist doch alles so beschaffen, daß es von Profitmachern ausgenützt werden kann.

Alles, was man im herkömmlichen Sinne Denken nennt, das alles nennt der wirkliche Denker nicht Denken, sondern Essen, geistiges Fressen. Für ihn, den wirklichen Denker, setzt Denken erst da ein, wo die Sucht des geistigen Essens zum Stillstand kommt und wo das Denken geruhig in sich selber schwingt, geschützt und gestützt von wohlgeregelter Atmung.

Jede Diätetik, mag sie noch so fein und zweckmäßig ausgearbeitet sein, hat immer ihre notwendige Ergänzung im Fasten. Fasten ist die wichtigste Form der Diätetik.

Wie es drei Formen der Ernährung gibt, so gibt es drei Formen des Fastens: das geistige Fasten als Meditation, das sprachliche Fasten als Schweigen und das grob-stoffliche Fasten als Entziehung von Speise und Trank.

Es ist nicht gar lange her, daß der Sinn für Fastenkuren sich wieder neu belebt hat, aber entsprechend der grob-massiven Einstellung unserer Zeit geht dieser Sinn nur auf das grobe Fasten. Man macht Fastenkuren lediglich als Fastenkuren, dehnt sie bis aufs äußerste, ja bis aufs Lebensgefährliche aus und bedenkt nicht, daß eine wirkliche Fastenkur ihren Sinn und Bedeutung erst von

einer Weltanschauung aus bekommt. Wer nur Zähne und Magen stillstellt, ohne gleichzeitig sein Denken, seine Nährsucht stillzulegen, der wird oft ein übles Ergebnis haben. Erst muß die Nährsucht zur Ruhe gebracht werden, ehe Magen und Darm mit Vorteil zur Ruhe gebracht werden können.

Im alten Indien wurden Fastenkuren sozusagen methodisch geübt von gewissen religiösen Fastenkünstlern, die mit dem Monde fasteten. Bei den alten Griechen war das absolute Fasten nicht sehr beliebt; man nahm während der Zeit meist Honigwasser. Und auch meine Ansicht ist, daß man während der Fastenkur den Organismus nicht gänzlich stillstellen, das Nährsystem nicht gänzlich leer stehen lassen soll. Honigwasser, am besten heiß, Milchzucker in heißem Wasser aufgelöst, das sind die beiden Dinge, die den Körper durch Rückbleibsel nicht belasten und sogar im Sinne der Fastenkur wirken, indem sie den Darm schneller entleeren helfen. Gewaltsamkeiten sind auf jeden Fall zu meiden. Es könnte sein, daß der Schaden, den sie anrichten, durch kein Ergebnis der Fastenkur wieder gut gemacht werden kann.

Keine der drei Arten des Fastens ist heutzutage so vergessen, so verlottert worden als das geistige Fasten, die bewußte, entschlossene, gesammelte Einstellung des Denkens auf sich selber, die jenen Schwebezustand darstellt, in dem Denken als gezüchtetes Denken in sich selber schwingt, sich seine eigenen Formen bildend, und das Greifen und Fressen nach außen hin, das immer wieder neue Auswerfen neuer Tatsachen, die dann von anderen Tatsachen überholt werden, ein Ende hat. In den Rahmen dieses geistigen Fastens fügt sich das sprachliche Fasten und in beide erst das Fasten im gewöhnlichen Sinne. Man muß Herr des Fastens bleiben; man muß wissen, was vor sich geht, was vor sich gehen muß, und das ist nur möglich, wenn das gedankliche Fasten anführt. Und gedankliches Fasten, das ist eben das Schwingen des Denkens in sich selber, eine gedankliche Atempause, der Flamme gleichend, die für eine Weile kein Oel aufnimmt. Das Tier fastet nicht, wenigstens nicht freiwillig. Das Fasten, die Fähigkeit und Neigung zum Fasten gehört zum Menschtum. Ein Menschtum, das von dieser Fähigkeit keinen Gebrauch macht, das ist kein volles Menschtum und seiner Würde sich nicht voll bewußt. Das bedenke man und ermesse daran den Zustand von Verlotterung, in den unsere Zeit durch Fresserei und Vielwisserei geraten ist.

Mein Spruch ist: Was die Arznei nicht heilt, das heilt rechte Diät, im üblichen Sinne; was die nicht heilt, das heilt rechtes Denken; was das nicht heilt, das heilt Fasten in seinen drei Formen, und wenn auch das nicht heilt, so möge man sich in Geduld fügen und bedenken, daß grundsätzlich freilich nicht alle Krankheiten heilbar sind, daß wir aber nicht wissen, wo die Heilbarkeit aufhört und die Unheilbarkeit anfängt. Denn auch Heilbarkeit und Unheilbarkeit sind keine festgelegten Tatsachen, sondern Vorgänge, Erlebnisse. Die Hoffnung nie verlieren, so lange überhaupt noch Spuren von lebendiger Symptomatik da sind; Hoffnung geben als Arzt, Hoffnung haben als Kranker, das ist das letzte Ergebnis einer Heilkunde, die ihre Berechtigung aus einer wirklichen Weltanschauung herleitet.

Und die Chirurgie? Sie ist eine wichtige, in gewissen Lagen unentbehrliche Hilfe. Eine Tracheotomie, die Operation eines eingeklemmten Bruches, einer Bauchschwangerschaft, das Ablassen des in der Blase gestauten Urins, der den ganzen Organismus mit Vergiftung bedroht, eine Staaroperation usw., das sind an ihrer Stelle unentbehrliche Eingriffe; aber im strengen Sinne gehört die Chirurgie nicht zur Heilkunde. Heilung heißt *restitutio ad integrum*, und eine Heilung mit Narbe ist keine Heilung. So hat die Chirurgie innerhalb einer wirklichen Heilkunde streng genommen nur insofern Platz, als sie auf Grund einer rechten Einsicht in den erkrankten Organismus Vertrauen hat zur Selbstheilkraft dieses Organismus und sich selber und ihre Eingriffe aufs äußerste beschränkt.

SACHREGISTER

Abderhalden 94, 125
Abstinenz, geschlechtliche . . 193
Aehnlichkeitsgesetz . . . 124, 125
Alkohol 155, 177
Als-Ob, Philosophie des . . . 29
Amphiaster 84
Anfangslosigkeit 75
Angleichung 87
Anlage 85, 134
Anthroposophie 104
Anthroposophisch 91
Antinomien 90
Aposteriori 67
Appetit 74, 163
Apriori 67
Arbeitshypothese 81
Arbeitsteilung, Prinzip der . . 84
Arethusa, Quelle 54
Assimilation . . 87, 102, 161, 170
Atmung 70, 162, 205
Ausschlag siehe Heilsymptom
Avitaminosen 110, 154

Baco von Verulam 120
Baker-Eddy, Mrs. . . . 18, 101, 104
Begriff 68, 69, 73, 88, 93
begrifflich 68, 92
Begriffsbildungen 71
Begriffskrankheiten . . . 105, 139
Behring 32
Bekömmlichkeit 151, 190
Beriberi 110
Bewußtsein 62, 67, 71, 82, 87, 88, 186
Bier, Prof. 118, 144
Biochemie 147
Börne 89
Brot 169, 176
Buddhismus 79

Celsus 188
Charakter 72
Chemische Großindustrie . . . 149
Chirurgie 208
Christian Science 18, 104
Chromatin 83
Circulus vitiosus 108, 113, 114, 138
155, 164, 191

Confutse 89, 196
Coué 27, 101, 104
Couéismus 27
Cullen 118

Darwin 84
Denken, das 95, 162, 206
Diabetes 108
Diät 153
Diätetik. 154, 204
Diätetik, wirkliche 161
Diätetik, wissenschaftliche 160, 161
Doppelstern 84
Durchfall siehe Heilsymptom
Dynamisch 100

Einstein 82
Eizelle 76, 82
Embryo 57, 84
Empfindung 71
Epilepsie 108
Erfahrung 13, 67
Erlebnis 13, 67
Ernäherung 54
Ernährung . . . 50, 54, 55, 96, 103
Ernährung, geistige 162
Ernährung, körperliche 162
Ernährung als Erlebnis . . 71, 172
Ernährung, drei Formen der . 70
Ernährungsbewegung . . . 72, 73
Ernährungsvorgang . . 56, 66, 99
Essen 154
Essen, Denken als 162, 206
Essig 175
Ethik 180
Euklid 15
Ewiges Leben 81
Exspektative Methode 115

Fallsucht 108
Fasten 206
Fieber siehe Heilsymptom
Fiktion 72, 106
Fiktiv 47, 74, 75, 78, 79
Flamme 55, 103
Fleischkost 179
Fluoreszenz 129

Form 50
Fortpflanzungsfähigkeit 57
Freiheit des sich Bindens . . . 66
Freiheit, gebundene 66
Freud, Prof. 147, 197
Frischkost 178
Füllnahrung 167

Gärung 178, 181
Geburt 82
Gefällekrankheiten . . 105, 108, 139
Geist 91
Geisteskrankheiten 110, 112
Geist-Form 59
Geistig-dynamisch 100
Gemütssymptome 143
Genußmittel siehe Reizmittel
Geometrie, Euklidsche 15
Gesundheit 93, 99, 165
Getränke 176
Gewissen 78
Gewöhnung 155
Gewürze 173
Gicht 108
Glaube 45, 70
Goethe 15, 94
Gott 79, 87
Großindustrie, chemische . . . 149

Häckel 11
Hämorrhoiden 108
Hahnemann 119
Harnsäure 161, 172
Harnsaure Diathese 108
Haushalt, kosmischer 85
Hautjucken siehe Heilsymptom
Hautreinigung 202
Hegel 39
Heilkunde 12
Heilkunst 12
Heilsymptom 111
Heilwissenschaft 12
Helmholtz 13
Hertwig, O. 84
Hippokrates 12, 16, 86, 118, 123, 153, 160, 166
Homöopathie . . 26, 109, 118, 148
Homöopathie, Grenzen der 133, 144, 171
homöopathisch 113
Hormone 37
Hygiene 180
Hypothese 78
Hypothetisch 47, 72, 75, 79
Hufeland 154
Hunger 73, 104

Ich 59, 73
Ichbegriff 65, 67
Idiosynkrasie 166
Jean Paul 89
Jesus von Nazareth 12, 16
Immunkörper 38
Impuls 35
Individualität 88
Individuum 93
Intention 35
Irrtum 19

Käse 181
Kant 90, 121
Kartoffel 175
Karyokinese 83
Karzinom 110
Kausal 69
Keimbläschen 83
Kernsegmentierung 83
Kind 63
Kind, das junge 58
Kleidung 200
Koch 32
Könige von Frankreich 16
Körper 91
Körperpflege 202
Kokain 157
Konfutse siehe Confutse
Konzeption 76
Kosmischer Haushalt 85
Kraft 41, 52, 53, 101
Kraftstoff 50
Krankheit 93, 99, 100, 133
Krankheit, Heilbarkeit der . . 208
Krehl 40
Kritik der reinen Vernunft . . 121

Leben 77, 93, 154
Lebenserscheinungen 77
Lepra 110
Liebe 103
Lombroso 157
Lourdes 16
Lüge 69, 200

Machtvollkommenheit 65
Mahlzeiten 187
Malaria 110

Materialismus 93
Materialistisch 36, 86
Maulbeerkugel 84
Mayer, R. 13, 120
Mechanisch-materialistisch 36, 101
Mediale Wirkung 5, 129
Meng, Dr. Heinrich 143
Mesmerismus 18, 26
Metamorphose der Pflanze . . 15
Metaphysisch 71
Milch 176
Montaigne 192
Morphium 155, 159
Morula 84
Much, Prof. 118

Nahrung siehe Ernährung
Nahrung, synthetische 160
Nahrungsmittel . . . 156, 159, 169
Neugeborene, das 58
Neurose 105, 108
Neurotiker 112
Newton 11, 82, 120
Nichtwissen 67

Objekte 60
Objekt, Subjekt- 60
Obst 184
Oel 172
Oken 39
Organon der Heilkunst 120

Paralyse 110
Paul, Jean 89
Persönlichkeit 71
Perversitäten, geschlechtliche . 200
Philosophie des Als-Ob 29
Pneumonie 110
Potenzenlehre, homöopathische 126, 130
Prometheus 161
Prüfungsbild, homöopathisches 141
Psora 136
Psoralehre 135
Psoriasis 110
Psychoanalyse 145

Quelle Arethusa, die 54

Radio 58
Rationalismus 85
Raum 82
Reaktionen 141, 143, 146
Reflexiv 94
Reflexivum 46, 68
Reinigung, des Ursprungs 146, 162
Reizkörper 38
Reizkörpertherapie 37, 150
Reizmasse 129, 139, 159
Reizmittel 155
Rhachitis 110
Richtkraft 75, 85
Rohkost 172, 178
Rückerinnerung an die früheren Daseinsformen 81
Rückwirklich 47
Rückwirklichkeit 56

Säurebildung 173, 183, 187
Salz 173
Salze, physiologische 154
Samenzelle 76, 82
Schelling 39
Schlaf 66, 188
Schlaflosigkeit 111, 191, 192
Schleich, Prof. 100
Schmerz siehe Heilsymptom
Schokolade 175
Schüßler 147
Schuld, Krankheit als 150, 162, 164
Schulmedizin 31, 36, 101, 109, 113, 149
Schulmedizin, Grenzen der . . 144
Schweigen, bewußtes 205
Schwerkraft 34
Seele 91
Selbstbewußtsein 63
Sexualität 145
Sexuelle, das 193
Shakespeare 13
Simile-Gesetz, das 120, 148
Sklerose 108
Skorbut 110
Spiritualismus 93
Steinkrankheit 108
Sterben 82
Stoff 41
Subjekt 61
Subjekt-Objekt 60
Sühne, Krankheitssymptom als 162
Suggestion 114, 159, 192
Sykosis 136
Sympathie-Heilung 17
Symptomatik eine Hungererscheinung 115
Syphilis 110, 112, 136

Tabak 156
Tabes dorsalis 110
Täuschung 19
Theosophie 104
Theosophisch 91
Tod 89
Tolstoi 107
Transzendentismus 81
Traum 66
Tuberkulose 110
Typhus 110

Uebelkeit siehe Heilsymptom
Ulcus cruris 108
Umdenken 95
Unendlichkeiten 95
Unio mystica 104
Unterbewußtsein 93
Upanishaden 23

Varicen 108
Vedanta 23
Vegetarismus 179
Vererbungslehre, wissenschaftliche 87
Verstimmung 102
Verstopfung 111, 191
Virchow 32, 99
Vitamine 37, 154, 169, 170
Vivisektion 35
Voit-Rubner 155

Wachstum, ungleiches 84
Wahrheit 69
Wahrnehmung 71
Wasser 155, 158
Wassersucht 108
Weißkäse 181
Weltanschauung . . . 9, 10, 40, 207
Wiedergeburt 79
Willensfreiheit 65
Wirken 73
Wirklichkeit 41, 65, 93
Wirklichkeitslehre 65, 79
Wissenschaft . . . 15, 45, 70, 145
Wissenschaft, Wesen der . . . 15
Wunderheilungen 107

Zeit 82
Zucker 171, 173, 175

ÜBERSICHT ÜBER DIE ARBEITEN VON PAUL DAHLKE

Aufsätze zum Verständnis des Buddhismus, 2 Bände, 1903.
Buddhistische Erzählungen, 1904.
Das Buch vom Genie, 1905.
Buddhismus als Weltanschauung, 1. Auflage 1912; 2. Auflage 1920.
Buddhismus als Religion und Moral, 1. Auflage 1914; 2. Auflage 1922.
Aus dem Reiche des Buddha, sieben Erzählungen, 1913.
Englische Skizzen, 1914.
Die Bedeutung des Buddhismus für unsere Zeit, 1913.
Neu-Buddhistische Zeitschrift, Jahrgang 1918/1922, je vier Hefte.
Daraus als besondere Broschüren erschienen:
Was ist Buddhismus und was will er? 1918.
Ueber den Pali-Kanon, 1919.
Staat und Kirche, 1920.
Kleine Buddhistische Schriften:
Buddhismus und religiöser Wiederaufbau, 1920.
Wie muß die neue Religion aussehen? 1920.
Neu-Buddhistischer Katechismus, 1921.
Das Buch Pubbenivasa, vier buddhistische Wiedergeburtsgeschichten, 1921.
Samsara und Nirvana (in „Der Leuchter, 1925").
Die Ehe als Fessel (in Graf Keyserlings „Ehebuch"), 1925.
Der Buddhismus, seine Stellung innerhalb des geistigen Lebens der Menschheit, 1926.
Die Lüge im Buddhismus (in „Die Lüge", herausgegeben von Otto Lipmann und Paul Plaut), 1927.
Die Brockensammlung, Zeitschrift für angewandten Buddhismus, Jahrgang 1924, 1925, 1926, 1927, je 1 Doppelheft.
Gesichtete Arzneimittellehre, 2 Bände: Arzneimittellehre und Repertorium, 1. Auflage vergriffen, 2. Auflage zur Zeit im Druck.
Ferner Uebersetzungen aus dem Pali-Kanon:
Dhammapada (Der Pfad der Lehre), 1919.
Digha-Nikaya (Die Lange Sammlung), 1920.
Majjhima-Nikaya (Die Mittlere Sammlung), I. Lese, 1923.
„Buddha", Auswahl aus dem Pali-Kanon, 1920.

DIE BÜCHER DES HIPPOKRATES-VERLAGS

„HIPPOKRATES-BÜCHER FÜR ÄRZTE"

HERAUSGEBER: PAUL FEDERN-WIEN
HEINRICH MENG-STUTTGART / PAUL FAHRENKAMP-CANNSTATT

BAND I:

KARL FAHRENKAMP

DIE PSYCHO-PHYSISCHEN WECHSELWIRKUNGEN BEI DEN HYPERTONIE-ERKRANKUNGEN

45 Blutdruckkurven im Text. 143 Seiten. Gr. 8°. 1926
Broschiert Rm. 5.50, Ganzleinen Rm. 8.—

Die „klinische Studie" Fahrenkamps, die rein praktische Gesichtspunkte berücksichtigt, gibt uns ein Bild von der Bedeutung der fortlaufend mehrfach am Tage registrierten Blutdruckkurve . . . Nur unter Berücksichtigung des Körperlichen und Seelischen können wir ärztlich helfen. Die niedergelegten Tatsachen sind das Produkt jahrelanger exakter Beobachtung und das Fazit aus dem Studium von über 800 Blutdruckkurven. Auch der mit der Materie vertraute Arzt wird das Buch Fahrenkamps nicht ohne Belehrung und Anregung aus der Hand legen. Es kann deshalb wärmstens empfohlen werden. Münchner medizinische Wochenschrift

BAND II:

OTTO LEESER

GRUNDLAGEN DER HEILKUNDE / LEHRBUCH DER HOMÖOPATHIE

Neue Fassung. 160 Seiten. Gr. 8°. 1927. Broschiert Rm. 5.50, Ganzl. Rm. 8.—

. . . Das Buch verdient die ernsteste Beachtung aller Ärzte. Es geht weit über den in der Vorrede geäußerten Anspruch hinaus, die Entdeckung Hahnemanns in neuzeitlichem Gewand darzustellen. Der praktische Arzt, Leipzig

. . . Das Buch hat hohen Wert für Mediziner, die der Homöopathie noch fern stehen oder nicht hinreichend in diese eingedrungen sind. Biologische Heilkunst

BAND III:
(erscheint im Spätjahr 1927)

ADOLF THEILHABER

KONSTITUTIONELLE DISPOSITION ZU KRANKHEITEN

Preis broschiert ca. Rm. 12.—, Leinen ca. Rm. 15.—

EMIL SCHLEGEL

DIE KREBSKRANKHEIT / IHRE NATUR UND IHRE HEILMITTEL

Neue Fassung. 294 Seiten. Gr. 8°. 1927. Broschiert Rm. 9.—, Ganzl. Rm. 12.—

AUS DEM INHALT:

Vorläufige Erfolgseindrücke / Wissenschaftliche Forschung über das Krebsproblem / Neuere Diätetik zur Krebsfrage / Die wissenschaftliche Haltung neuerer Krebsschriften / Vorkrankheiten / Gesundheits- und Reinlichkeitswahn gegenüber Krebs / Krebsoperation / Gewaltsame Strahlentherapie, Ätzverfahren, Arzneiversuche / Annäherung der Auffassungen und Methoden an die Homöopathie / Überleitung zur homöopathischen Krebstherapie / Die homöopathischen Arzneien / Systematische Krebstherapie / Vereinigtes homöopathisches und isopathisches Verfahren / Die Krebskrankheit in der Volksmedizin.

Diese Richtlinien für das praktische Handeln werden durch den gewiss diskutablen Grundgedanken gestützt, daß Krebs keine ausschließlich lokale Erkrankung sei, sondern eine bestimmte Veranlagung zur Voraussetzung habe, an der die Diät und interne Therapie angreifen könne.
Ärztliches Vereinsblatt für Deutschland

BERNHARD ASCHNER

KONSTITUTIONSTHERAPIE ALS LÖSUNG DER KRISE IN DER MEDIZIN

(erscheint im Spätjahr 1927)

Preis broschiert ca. Rm. 8.—, Leinen ca. Rm. 10.—

DIE BÜCHER DES HIPPOKRATES-VERLAGS

Bücher, die den gebildeten Laien naturwissenschaftlich und ärztlich einwandfreies Wissen vermitteln

DAS ÄRZTLICHE VOLKSBUCH

Herausgegeben von DR. HEINRICH MENG, STUTTGART, unter Mitwirkung von Dr. K. A. Fießler, Berlin, und Dr. Paul Federn, Wien, und unter Mitarbeit von 45 namhaften Vertretern der Heilkunde und der Naturwissenschaft.

Gemeinverständliche Gesundheitspflege und Heilkunde. Zwei starke Bände. Band I: Gesundheitsschutz, 680 Seiten und 54 Tafeln, darunter 19 farbige. Band II: Krankheitslehre, 936 Seiten, 56 Tafeln, darunter 18 farbige. Größe 8°. Preis: Halbleinen jeder Band Rm. 20.—, Ganzleinen (nur zusammen) Rm. 45.—.

Alles in allem ein großangelegtes, gutes Buch, das wegen seiner anschaulich fesselnden Darstellung verbunden mit ganz hervorragenden Abbildungen sicherlich weiteste Verbreitung finden wird. Es wird bestimmt dazu beitragen, Achtung vor der modernen Heilwissenschaft und Verständnis für ihre Ziele und Aufgaben zu verbreiten . . . Rheinisch-Westfäl. Zeitung, Essen

„BÜCHER DES WERDENDEN"

BAND I: CARPENTER / WENN DIE MENSCHEN REIF ZUR LIEBE WERDEN.

30. bis 35. Tausend. Ganzleinen Rm. 5.—.

Es freut uns zu sehen, mit welch tiefem Ernst, mit welch vornehmer Ruhe, mit welch hoher Sachlichkeit Carpenter bei aller dichterischen Wärme seine Zukunftshoffnungen darlegt. Die neue Generation.

BAND II: DAS PSYCHOANALYTISCHE VOLKSBUCH.

Herausgegeben von Dr. Paul Federn-Wien und Dr. Heinrich Meng-Stuttgart unter Mitarbeit von 15 berufenen Ärzten und Pädagogen. 550 Seiten, 11 Bilder. Broschiert Rm. 7.50, Ganzleinen Rm. 9.50.

. . . Mancher Arzt täte gut daran, die 40 Aufsätze zu lesen und aus diesem im besten Sinne populären Buch die nötige Aufklärung über die Freudsche Gedankenwelt zu gewinnen, deren Erfassung ihm durch Vorurteil und Schwierigkeit der Terminologie bisher verwehrt war . . .
Ärztliches Vereinsblatt

BAND III: FRITZ WITTELS / DIE BEFREIUNG DES KINDES.

Broschiert Rm. 5.—, Ganzleinen Rm. 7.—.

Ein wertvoller Beitrag zu einer modernen Psychologie der Kindesseele. Vossische Zeitung, Berlin.
Ein geistvolles, spannend geschriebenes Erziehungsbuch, dessen Lektüre man jeder denkenden Mutter auf das dringendste anraten kann. Die Frau und Mutter, Wien

BAND IV: ISTVÁN HOLLÓS / HINTER DER GELBEN MAUER.

Ein Buch von der Befreiung des Irren. Broschiert ca. Rm. 3.50, Leinen ca. Rm. 5.—
(erscheint im Spätjahr 1927)

FELIX BOENHEIM / WUNDER DER DRÜSE.

15 Kapitel von der Einheit des Lebens. Mit 31 Tafeln und Abbildungen. Preis kartonniert Rm. 3.60.

Der durch seine endokrinologischen Arbeiten bekannte Autor hat es unternommen, in einem klar geschriebenen kleinen Buche die innere Sekretion gemeinverständlich darzustellen. Die Aufgabe muß als gelungen bezeichnet werden. Die medizische Welt.

MARTIN FASSBENDER / ERNÄHRUNGSKUNST ALS LEBENSKUNST IM SINNE VON ETHIK UND HYGIENE.

Mit 7 Tafeln. Kartoniert Rm. 2.50. Eine klare und umfassende Übersicht über den gegenwärtigen Stand der Ernährungsforschung und Ernährungspraxis.

DIE BÜCHER DES HIPPOKRATES-VERLAGS

HANS MUCH
HIPPOKRATES DER GROSSE

In Leinen 7.50 / In Halbleder 11.—

Inhalt:

Zwei Voraussetzungen / Wissenschaft / Die Einreihung und Einweihung / Ägypten / Indien / Griechenland / Einstellung, Grenze, Sinn / Krankheit und Konstitution / Konstitution, Einzelfall und Kunst / Nicht der Arzt, sondern der Körper heilt / Katastasis und Physis Humoral- oder Zellularpathologie / Allopathie, Homöopathie, Isotherapie / Gesinnung, Gottheit, Schicksal Diätetik der Nahrung und Atmung / Kunst / Einzelheiten / Die Lösung.

. . . Die Regeneration der Medizin, wenn sie auf Abwege geraten oder in Einseitigkeit verfallen war, hat immer an Hippokrates angeknüpft . . . Muchs Buch enthält prachtvolle Kapitel; es regt an, zur Nachfolge wie zur Kritik.
Klinische Wochenschrift

. . . Muchs Gestaltungskraft, dichterisches Empfinden, sein umfassendes Wissen, seine moderne Einfühlung, seine philosophische Erkenntnis, seine mathematische Veranlagung stellen das Buch auf einen bemerkenswerten Sockel und heben es heraus aus den vielen, allzuvielen Büchern . . . Much gibt uns in dankenswerter Weise in seinem außergewöhnlichen Buche eine Freude, einen Genuß und einen Gewinn . . .
Münchner medizinische Wochenschrift

. . . Much gehört zweifellos zu den begnadeten Heilern . . . man lese seine höchst lehrreiche Monographie „Hippokrates der Große".
Graf Hermann Keyserling in „Weg zur Vollendung"

. . . Hans Much, der bekannte Hamburger Forscher, Arzt von eigenster Prägung, gibt in diesen Blättern nicht etwa eine lediglich geschichtliche Darstellung, sondern diese erweitert sich zu einer grundsätzlichen Auseinandersetzung über das Wesen der Heilkunde vom modernsten Standpunkte aus . . . Heilkunde ist letzten Endes nicht Wissenschaft, sondern Kunst . . . Sehr temperamentvoll und vollendet in der Form . . .
Rheinisch-Westfälische Zeitung, Essen

. . . Wenn ein so ungewöhnlich selbständiger Denker wie Hans Much über Hippokrates schreibt, so ist von vornherein etwas besonderes zu erwarten . . . Das Buch enthält in der kurzen, prägnanten Form denn auch weit mehr, als der Titel vermuten läßt . . . Die Gestalt des Hippokrates ist als verbindendes Glied in den Ring der kulturellen Entwicklung über Jahrhunderte gestellt . . . Jeder, der das neue Muchsche Buch liest, wird aus ihm neues Wissen und dauernde Nachdenklichkeit gewinnen.
Münchner Neueste Nachrichten